Ajustando la dosis un 15%, se ha logrado estabilidad en los valores de TSH comparable a la ingesta en ayunas.

Administración de levotiroxina con ajuste de dosis en condiciones de ayuno versus sin ayuno en pacientes con hipotiroidismo: Un ensayo clínico aleatorizado.

Fasting versus Nonfasting, Dose-adjusted Levothyroxine Ingestion in Hypothyroidism: A Randomized Clinical Trial

Willems y col. Journal of Clinical Endocrinology & Metabolism, 2026

Puntos de interés:

- La administración de levotiroxina junto con el desayuno, con un incremento del 15% de la dosis, mostró una estabilidad de TSH comparable a la ingesta en ayunas.
- Además, se observó una tendencia a mayor bienestar percibido y una clara preferencia por esta modalidad, lo que podría traducirse en mayor adherencia terapéutica.

Resumen:

Introducción: Se recomienda tomar la levotiroxina (LT4) en ayunas para optimizar su absorción. Sin embargo, la ingesta en ayunas suele resultar molesta y puede reducir la adherencia al tratamiento. En un estudio previo basado en cuestionarios, se observó una clara preferencia de los pacientes por tomar la LT4 con el desayuno. Por lo tanto, se realizó un ensayo controlado aleatorio para evaluar si la ingesta de LT4 sin ayunas —acompañada de un aumento de la dosis del 15 %— podía mantener la estabilidad de la TSH en comparación con la ingesta de LT4 en ayunas.

Métodos: Se asignó aleatoriamente a adultos con hipotiroidismo bien controlado a un grupo de ayuno o a un grupo que tomaba LT4 ajustada a la dosis con el desayuno. Se midieron los niveles de TSH, T4 libre y T3 total cada 6 semanas, y se ajustó la dosis de LT4 si era necesario. El resultado principal fue la estabilidad de la TSH, definida como dos

Phoca PDF

valores consecutivos dentro del rango de referencia y una variación máxima de ±1mIU/L con respecto al valor basal. Se realizó un seguimiento de los pacientes hasta alcanzar la estabilidad de la TSH, con un máximo de 24 semanas. Tras el periodo inicial del estudio, se invitó a los pacientes del grupo en ayunas a pasar a la ingesta sin ayunas, con un seguimiento similar.

Resultados: Se asignó aleatoriamente a 88 pacientes (80,7% mujeres, mediana de edad de 62 años [rango intercuartílico: 49–69]) al grupo en ayunas (n=43) o al grupo que tomó el desayuno (n=45). La estabilidad de la TSH fue comparable entre los grupos: 74,4% [intervalo de confianza (IC) del 95%: 61,0–88,0%] en el grupo en ayunas frente al 73,3% (IC del 95 %: 60,0–87,0%) en el grupo que tomó en el desayuno (p=no significativo). Se observaron resultados similares en el grupo cruzado. El grupo del desayuno informó de una mejora superior en el bienestar autoinformado (33,3% frente a 16,3%, p=0,07) y una mayor preferencia por la ingesta sin ayuno (76,2% frente a 44,2%, p<0,001). Al final del estudio, el 88,9% optó por continuar con la ingesta sin ayuno.

Conclusión: La ingesta de LT4 con el desayuno, con un aumento de la dosis del 15%, mantuvo la estabilidad de la TSH y mejoró el bienestar del paciente. Dada la clara preferencia de éstos, este enfoque centrado en el paciente puede ofrecer una alternativa viable a la administración en ayunas.

Puntos a destacar:

- Se trata de un estudio abierto unicéntrico, con criterios estrictos de inclusión: pacientes con hipotiroidismo estable (dos TSH previas en rango) y dosis relativamente adecuadas (≥1 mcg/kg), lo que implica que los resultados son aplicables principalmente a pacientes ya controlados y no a escenarios de inicio de tratamiento o situaciones inestables.
- Es importante remarcar que no se permitió cambio de marca de LT4, las dosis se ajustaron a presentaciones comerciales disponibles y se controlaron activamente factores de interferencia (calcio, hierro, inhibidores de la bomba de protones, etc.), manteniendo intervalos de 4 horas. Además, no se restringió el contenido del desayuno.

En cuanto a los resultados, se destaca que:

- El tiempo hasta alcanzar estabilidad fue similar (mediana 12 semanas) en ambos grupos.
- La variabilidad de la TSH fue baja y comparable, sugiriendo que

Phoca PDF

el ajuste del 15% compensa adecuadamente la menor absorción con alimentos.
- Los niveles de T4 ibre y T3 total no difirieron.
- Un hallazgo particularmente relevante es que la eficacia fue independiente de la composición del desayuno.
- En relación con los resultados reportados por pacientes, el estudio profundiza en las causas del mayor bienestar: no solo aspectos subjetivos, sino también mejor adherencia, menor carga cognitiva del tratamiento, alivio de síntomas gastrointestinales y beneficios psicológicos.
- El diseño incluyó además un grupo de cruce intraindividual (los pacientes del grupo ayuno fueron invitados a pasar al grupo desayuno luego de finalizado el estudio), sin diferencias significativas en estabilidad hormonal ni en calidad de vida medida por ThyPRO-39. Estos pacientes manifestaron una clara preferencia por la ingesta con desayuno.

Finalmente, se destacan implicancias clínicas clave:

- La ingesta en ayunas puede ser una barrera significativa para la adherencia (hasta 50% la percibe como molesta).
- Al finalizar el estudio, aproximadamente el 90% de los participantes eligió continuar consumiendo la levotiroxina con el desayuno, por lo que ofrecer esta estrategia resulta una alternativa centrada en el paciente.

Copyright 2026. Endoweb.net

Phoca PDF