REVISTA CIENTÍFICA - RECIMA21 ISSN 2675-6218

TERAPIAS EMERGENTES PARA A TIREOIDITE DE HASHIMOTO: NOVAS ABORDAGENS COMPLEMENTARES E ALTERNATIVAS NO MANEJO DA DOENÇA

EMERGING THERAPIES FOR HASHIMOTO'S THYROIDITIS: NEW COMPLEMENTARY AND ALTERNATIVE APPROACHES IN DISEASE MANAGEMENT

TERAPIAS EMERGENTES PARA LA TIROIDITIS DE HASHIMOTO: NUEVOS ENFOQUES COMPLEMENTARIOS Y ALTERNATIVOS EN EL MANEJO DE LA ENFERMEDAD

Gabriella Assunção Alvarinho Sepulbeda[1], Carolina Fernanda Alvarinho Sepulbeda[2], Carolina Pinho Valença Ferreira[1], Barbara Akie Alves Aisaka[2], Mírian Laís Rodrigues de Matos[1], Yasmin Leal Maron[2], Ramon Augusto Campos Rosa[3], Silvia Cristiane Alvarinho Junqueira[4]

e717139
https://doi.org/10.47820/recima21.v7i1.7139

PUBLICADO: 01/2026

RESUMO

A Tireoidite de Hashimoto é a doença autoimune da tireoide mais prevalente e representa a principal causa de hipotireoidismo em regiões com ingestão adequada de iodo. Embora a reposição hormonal com levotiroxina seja o tratamento padrão, essa abordagem não atua diretamente sobre os mecanismos imunológicos da doença, o que tem estimulado o interesse por terapias complementares e alternativas. O objetivo deste estudo foi sintetizar e analisar criticamente as evidências científicas disponíveis sobre terapias emergentes no manejo da Tireoidite de Hashimoto. Trata-se de uma revisão integrativa de caráter qualitativo e exploratório, realizada nas bases PubMed, SciELO e LILACS, com artigos publicados entre 2015 e 2025. Foram incluídos ensaios clínicos, revisões sistemáticas, meta-análises e estudos observacionais que avaliaram terapias complementares e alternativas em pacientes com Tireoidite de Hashimoto. A seleção seguiu critérios pré-definidos e os dados foram extraídos de forma padronizada. Os resultados indicaram que a suplementação de vitamina D apresentou maior consistência científica, associando-se à redução de autoanticorpos tireoidianos e possível modulação imunológica. A suplementação de selênio demonstrou benefícios principalmente em curto prazo. A fitoterapia chinesa e a acupuntura mostraram efeitos favoráveis sobre parâmetros clínicos e laboratoriais, enquanto intervenções dietéticas apresentaram resultados heterogêneos. Conclui-se que terapias complementares podem exercer papel adjuvante no manejo da Tireoidite de Hashimoto. Entretanto, a heterogeneidade metodológica dos estudos limita a generalização dos achados, sendo necessários ensaios clínicos randomizados, bem delineados e de longo prazo para confirmar sua eficácia e segurança.

PALAVRAS-CHAVE: Tireoidite de Hashimoto. Hipotireoidismo autoimune. Terapias complementares e alternativas. Modulação imunológica. Suplementação nutricional.

ABSTRACT

Hashimoto's thyroiditis is the most prevalent autoimmune thyroid disease and the leading cause of hypothyroidism in regions with adequate iodine intake. Although hormone replacement with levothyroxine remains the standard treatment, this approach does not directly address the immunological mechanisms underlying the condition, which has increased interest in complementary and alternative therapies. This study aimed to synthesize and critically analyze the available scientific evidence on emerging therapeutic strategies for Hashimoto's thyroiditis. This qualitative and exploratory integrative review was conducted using the PubMed, SciELO, and LILACS databases,

[1] Médica. Universidade Nove de Julho, Guarulhos-SP, Brasil.
[2] Graduanda de Medicina. Universidade Nove de Julho. São Paulo-SP. Brasil.
[3] Médico. Universidade Nove de Julho, Guarulhos-SP, Brasil.
[4] Médica. Centro Universitário Barão de Mauá, Ribeirão Preto-SP, Brasil.

Este artigo é publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional (CC-BY), que permite uso, distribuição e reprodução irrestritos em qualquer meio, desde que o autor original e a fonte sejam creditados.

REVISTA CIENTÍFICA - RECIMA21 ISSN 2675-6218

including articles published between 2015 and 2025. Clinical trials, systematic reviews, meta-analyses, and observational studies evaluating complementary and alternative interventions in patients with Hashimoto's thyroiditis were included. Study selection followed predefined criteria, and data were extracted in a standardized manner. The findings indicated that vitamin D supplementation showed the strongest scientific consistency, being associated with reductions in thyroid autoantibodies and potential immunomodulatory effects. Selenium supplementation demonstrated benefits mainly in the short term. Chinese herbal medicine and acupuncture showed favorable effects on clinical and laboratory outcomes, while dietary interventions yielded heterogeneous results. In conclusion, complementary therapies may play an adjuvant role in the care of patients with Hashimoto's thyroiditis. However, methodological heterogeneity among studies limits the generalizability of the findings, highlighting the need for well-designed, long-term randomized controlled trials to confirm their efficacy and safety.

KEYWORDS: *Hashimoto's thyroiditis. Autoimmune hypothyroidism. Complementary and alternative therapies. Immunomodulation. Nutritional supplementation.*

RESUMEN
La tiroiditis de Hashimoto es la enfermedad autoinmune de la tiroides más prevalente y representa la principal causa de hipotiroidismo en regiones con ingesta adecuada de yodo. Aunque la reposición hormonal con levotiroxina es el tratamiento estándar, este enfoque no actúa directamente sobre los mecanismos inmunológicos de la enfermedad, lo que ha estimulado el interés por terapias complementarias y alternativas. El objetivo de este estudio fue sintetizar y analizar críticamente la evidencia científica disponible sobre terapias emergentes en el manejo de la tiroiditis de Hashimoto. Se trata de una revisión integrativa de carácter cualitativo y exploratorio, realizada en las bases de datos PubMed, SciELO y LILACS, con artículos publicados entre 2015 y 2025. Se incluyeron ensayos clínicos, revisiones sistemáticas, metaanálisis y estudios observacionales que evaluaron terapias complementarias y alternativas en pacientes con tiroiditis de Hashimoto. La selección siguió criterios predefinidos y los datos fueron extraídos de forma estandarizada. Los resultados indicaron que la suplementación con vitamina D presentó mayor consistencia científica, asociándose con la reducción de autoanticuerpos tiroideos y una posible modulación inmunológica. La suplementación con selenio demostró beneficios principalmente a corto plazo. La fitoterapia china y la acupuntura mostraron efectos favorables sobre parámetros clínicos y de laboratorio, mientras que las intervenciones dietéticas presentaron resultados heterogéneos. Se concluye que las terapias complementarias pueden desempeñar un papel adyuvante en el manejo de la tiroiditis de Hashimoto. Sin embargo, la heterogeneidad metodológica de los estudios limita la generalización de los hallazgos, siendo necesarios ensayos clínicos aleatorizados, bien diseñados y de largo plazo para confirmar su eficacia y seguridad.

PALABRAS CLAVE: *Tiroiditis de Hashimoto. Hipotiroidismo autoinmune. Terapias complementarias y alternativas. Modulación inmunológica. Suplementación nutricional.*

1. INTRODUÇÃO

A tireoidite de Hashimoto (TH) é a forma mais prevalente de doença autoimune da tireoide e representa a principal causa de hipotireoidismo em regiões com adequada ingestão de iodo. Globalmente, estima-se que mais de 160 milhões de pessoas sejam afetadas, com predomínio marcante em mulheres e aumento da incidência nas últimas décadas. A doença resulta de um processo autoimune crônico mediado por linfócitos T, citocinas pró-inflamatórias e autoanticorpos,

Este artigo é publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional (CC-BY), que permite uso, distribuição e reprodução irrestritos em qualquer meio, desde que o autor original e a fonte sejam creditados.

REVISTA CIENTÍFICA - RECIMA21 ISSN 2675-6218

principalmente anti-TPO e anti-TG, que levam à destruição progressiva dos folículos tireoidianos, alterações estruturais e eventual disfunção hormonal. Esse processo implica impacto funcional, metabólico, psicológico e qualidade de vida, tornando a TH um problema crescente de saúde pública.

Apesar de sua elevada prevalência e das repercussões clínicas relevantes, o manejo convencional da TH permanece centrado na reposição de levotiroxina (LT4). Embora eficaz para normalizar TSH, T4 livre e sintomas associados ao hipotireoidismo, essa terapêutica não atua sobre os mecanismos imunológicos da doença nem reduz de forma consistente os níveis de autoanticorpos. Além disso, parte dos pacientes permanece sintomática mesmo em eutireoidismo laboratorial, e há evidências crescentes de que estresse oxidativo, alterações do microbioma, inflamação persistente e déficits nutricionais participam da perpetuação da autoimunidade, mas não são contemplados pelo tratamento padrão.

Nesse cenário, emergem diferentes terapias complementares e alternativas como estratégias para modular a resposta imune, reduzir a inflamação e melhorar sintomas persistentes. Estudos recentes investigam suplementação de selênio, vitamina D, probióticos, intervenções alimentares anti-inflamatórias, acupuntura e diversas formulações fitoterápicas tradicionalmente utilizadas na medicina chinesa. Meta-análises contemporâneas mostram resultados promissores, especialmente quanto à redução de TPOAb e TGAb, melhora de marcadores oxidativos, modulação imunológica e aprimoramento do bem-estar clínico. Entretanto, apesar do crescente interesse, as evidências permanecem heterogêneas, com divergências metodológicas, variabilidade de protocolos, ausência de padronização e resultados ainda inconclusivos para várias dessas abordagens.

Diante da expansão das terapias emergentes e da ausência de consenso sobre sua real efetividade, torna-se essencial sintetizar criticamente o conhecimento disponível. A revisão integrativa destaca-se como método adequado para integrar resultados de estudos com diferentes desenhos metodológicos, permitindo compreender o estado atual da ciência, identificar lacunas e orientar futuras pesquisas clínicas.

Assim, este estudo teve como objetivo sintetizar e analisar criticamente as evidências científicas disponíveis sobre terapias emergentes, complementares e alternativas utilizadas no manejo da tireoidite de Hashimoto, com foco em seus efeitos imunológicos, clínicos e potenciais aplicações terapêuticas.

2. MÉTODOS

O presente estudo trata-se de uma revisão bibliográfica do tipo integrativa, de caráter qualitativo e abordagem exploratória, conduzida de acordo com rigor metodológico e diretrizes científicas reconhecidas. O tema abordado foi “Terapias Emergentes para a Tireoidite de

Este artigo é publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional (CC-BY), que permite uso, distribuição e reprodução irrestritos em qualquer meio, desde que o autor original e a fonte sejam creditados.

REVISTA CIENTÍFICA - RECIMA21 ISSN 2675-6218

Hashimoto: Novas Abordagens Complementares e Alternativas no Manejo da Doença", com o objetivo de identificar e analisar criticamente as evidências científicas disponíveis sobre intervenções complementares e alternativas, considerando sua segurança, eficácia e impacto clínico em comparação aos tratamentos convencionais.

A questão norteadora foi elaborada com base na estratégia PICO, na qual a população foi composta por indivíduos com Tireoidite de Hashimoto; as intervenções incluíram fitoterapia, suplementos nutricionais, imunomodulação, medicina integrativa e funcional; o comparador foi o tratamento convencional com reposição hormonal; e os desfechos analisados envolveram impacto clínico, segurança, eficácia e qualidade de vida. Assim, formulou-se a seguinte pergunta de pesquisa: Quais são os efeitos das terapias complementares e alternativas no manejo da Tireoidite de Hashimoto em comparação ao tratamento convencional?

A busca bibliográfica foi realizada nas bases de dados PubMed, LILACS e SciELO, utilizando descritores controlados dos sistemas DeCS e MeSH, combinados por operadores booleanos. As estratégias de busca incluíram termos relacionados à Tireoidite de Hashimoto, terapias complementares e alternativas e manejo terapêutico, nos idiomas português e inglês.

Foram adotados como critérios de inclusão artigos publicados entre 2014 e 2025, estudos realizados em humanos (ensaios clínicos, revisões sistemáticas, meta-análises e estudos observacionais), disponíveis nos idiomas português, inglês, espanhol ou francês, que abordassem especificamente terapias complementares e alternativas no contexto da Tireoidite de Hashimoto. Foram excluídos estudos em animais ou *in vitro*, cartas ao editor, opiniões, dissertações, teses, anais de congressos, artigos com foco exclusivo na reposição hormonal e estudos duplicados.

O processo de seleção dos estudos ocorreu em etapas, conforme recomendações metodológicas para revisões integrativas. Inicialmente, foram identificados 312 artigos nas bases de dados pesquisadas. Após a remoção de 74 estudos duplicados, 238 artigos foram submetidos à leitura de títulos e resumos, resultando na exclusão de 187 estudos por não atenderem aos critérios de elegibilidade. Em seguida, 51 artigos foram avaliados na íntegra, dos quais 31 foram excluídos por inadequação metodológica ou por não responderem diretamente à questão norteadora. Ao final, 20 estudos compuseram a amostra final desta revisão integrativa.

A extração dos dados foi realizada de forma padronizada, contemplando informações como autor, ano de publicação, delineamento do estudo, tipo de intervenção, principais resultados e conclusões. Os dados foram sintetizados em tabelas e discutidos de maneira narrativa, com agrupamento das intervenções semelhantes e comparação dos desfechos clínicos.

Por se tratar de uma revisão integrativa baseada em dados secundários, não houve necessidade de submissão ao Comitê de Ética em Pesquisa, uma vez que todas as informações analisadas são provenientes de estudos previamente publicados e de acesso público.

Este artigo é publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional (CC-BY), que permite uso, distribuição e reprodução irrestritos em qualquer meio, desde que o autor original e a fonte sejam creditados.

REVISTA CIENTÍFICA - RECIMA21 ISSN 2675-6218

3. RESULTADOS

A fim de proporcionar uma visão clara e sistematizada das evidências incluídas nesta revisão integrativa, a Tabela 1 apresenta, de maneira resumida e organizada, os principais dados extraídos de cada artigo incluído na amostra, abrangendo tipo de estudo, objetivos, intervenções investigadas, desfechos clínicos avaliados, principais resultados e conclusões relatadas pelos autores.

Tabela 1. Principais achados dos artigos incluídos para a revisão integrativa

Autor / Ano	Tipo de estudo	Intervenção avaliada	Principais desfechos	Principais achados
Liontiris & Mazokopakis (2017)	Revisão narrativa	Iodo, selênio, vitamina D, dieta sem glúten	Autoanticorpos, função tireoidiana	Selênio e vitamina D associados à redução de TPOAb; excesso de iodo pode agravar autoimunidade
Kim (2017)	Revisão narrativa	Vitamina D	TPOAb, TgAb	Deficiência de vitamina D associada à maior gravidade da TH
Zhang *et al.* (2021)	Revisão sistemática e meta-análise	Vitamina D	TPOAb, TgAb	Redução significativa de autoanticorpos, especialmente com vitamina D3 > 3 meses
Muscogiuri *et al.* (2015)	Revisão narrativa	Vitamina D	Autoimunidade tireoidiana	Associação entre deficiência de vitamina D e maior risco de TH
Vondra *et al.* (2015)	Revisão sistemática	Vitamina D	Incidência de doenças tireoidianas	Correlação entre baixos níveis de vitamina D e doenças autoimunes da tireoide
Huwiler *et al.* (2024)	Revisão sistemática e meta-análise	Selênio	TPOAb, TSH, estresse oxidativo	Redução de TPOAb e TSH em curto prazo; bom perfil de segurança
Kong *et al.* (2023)	Revisão sistemática e meta-análise	Selênio	TPOAb, TgAb	Redução significativa de autoanticorpos após 6 meses
Wang YS *et al.* (2023)	Overview de revisões sistemáticas	Selênio	TPOAb, TgAb	Benefício em curto prazo; evidência de baixa a moderada qualidade
Peng *et al.* (2024)	Meta-análise em rede	Selênio, vitamina D, mio-inositol	TPOAb, TgAb	Selênio mostrou maior eficácia na redução de autoanticorpos
Luo *et al.* (2024a)	Meta-análise em rede	Fitoterapia chinesa	TPOAb, sintomas clínicos	Fitoterapia chinesa superior à LT4 na redução de TPOAb

Este artigo é publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional (CC-BY), que permite uso, distribuição e reprodução irrestritos em qualquer meio, desde que o autor original e a fonte sejam creditados.

Luo *et al.* (2024b)	Revisão sistemática e meta-análise	Fitoterapia chinesa	Função tireoidiana, sintomas	Fórmulas chinesas eficazes e seguras
Zhou *et al.* (2024)	Revisão sistemática	Medicina tradicional chinesa	Inflamação, autoanticorpos	Efeito imunomodulador e anti-inflamatório
Su *et al.* (2021)	Estudo observacional	Bailing capsule + LT4	TPOAb, TgAb, hormônios	Combinação mais eficaz que LT4 isoladamente
Wang XH *et al.* (2024)	Revisão sistemática e meta-análise	Acupuntura	TPOAb, TgAb, TSH, FT3, FT4	Acupuntura superior à LT4 isolada
Szczuko *et al.* (2024)	Estudo observacional	Dieta sem glúten + EPA/DHA	Inflamação sistêmica	EPA/DHA reduzem inflamação; glúten sem impacto em autoanticorpos
Rouland *et al.* (2020)	Revisão sistemática	Manejo das tireoidites	Diagnóstico e tratamento	TH classificada como tireoidite não dolorosa
Inaba *et al.* (2019)	Revisão sistemática	Autoimunidade e genética	Risco de disfunção tireoidiana	Fatores genéticos e imunoterapia influenciam TH
Dyrka *et al.* (2024)	Revisão narrativa	Abordagens convencionais e alternativas	Qualidade de vida, autoimunidade	Terapias complementares promissoras, mas evidência limitada
Kim *et al.* (2017)	Revisão narrativa	Vitamina D	Autoanticorpos	Deficiência associada à progressão da TH
Chen *et al.* (2020)	Protocolo de revisão sistemática	Prunella	TPOAb, função tireoidiana	Protocolo em andamento; sem resultados conclusivos

Foram analisados vinte estudos publicados entre 2014 e 2024, os quais abordaram diferentes terapias complementares e alternativas aplicadas ao manejo da Tireoidite de Hashimoto. As principais intervenções identificadas incluíram suplementações nutricionais, com destaque para o uso de vitamina D e selênio, práticas da fitoterapia chinesa, acupuntura e modificações dietéticas, como a introdução de ácidos graxos ômega-3, com ou sem a exclusão do glúten (Liontiris; Mazokopakis, 2017; Kim, 2017; Dyrka *et al.,* 2024).

A vitamina D evidenciou-se como um dos elementos de maior destaque entre as terapias investigadas. Foi observada uma forte associação entre a deficiência dessa vitamina com a maior gravidade clínica da doença e com a elevação dos níveis de autoanticorpos tireoidianos (TPOAb e TgAb). Tendo em vista isso, a suplementação por períodos superiores a três meses, especialmente em sua forma D3, mostrou-se eficaz na redução desses marcadores, sugerindo um possível papel imunomodulador que pode influenciar tanto o surgimento quanto a evolução da tireoidite autoimune. Esses achados reforçam a importância de considerar a avaliação e a correção dos níveis de vitamina D como parte integrante do cuidado clínico nesses pacientes (Zhang *et al.,* 2021; Vondra, 2015; Muscogiuri *et al.,* 2014).

Este artigo é publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional (CC-BY), que permite uso, distribuição e reprodução irrestritos em qualquer meio, desde que o autor original e a fonte sejam creditados.

REVISTA CIENTÍFICA - RECIMA21 ISSN 2675-6218

A suplementação de selênio também demonstrou benefícios, especialmente em curto prazo, mostrando-se eficaz na redução dos autoanticorpos e apresentando bom perfil de segurança. No entanto, seus efeitos tendem a diminuir com o uso prolongado, apontando para a necessidade de maior controle e monitoramento ao longo do tempo (Huwiler *et al.,* 2024; Wang *et al.,* 2023; Kong, 2023).

No campo das terapias complementares, a fitoterapia chinesa revelou-se promissora. Fórmulas como Yiqi Huayu Recipe, Liqi Xiaoying Decoction e Shugan Sanjie Therapy foram associadas à melhora clínica dos pacientes, com redução significativa de marcadores autoimunes e preservação da função tireoidiana. A Bailing capsule também demonstrou efeitos positivos, tanto isoladamente quanto em combinação com levotiroxina, favorecendo a redução da inflamação e a restauração dos níveis hormonais (Luo *et al.,* 2024; Zhou, 2024; Su, 2024).

A acupuntura, por sua vez, surgiu como uma intervenção complementar bastante eficaz. Em uma meta-análise abrangente, observou-se que pacientes tratados com acupuntura apresentaram melhorias laboratoriais e clínicas superiores em comparação com aqueles tratados exclusivamente com levotiroxina. Os principais benefícios incluíram a redução de TPOAb, TGAb, TSH e aumento de FT3 e FT4, além da melhora global da sintomatologia, indicando um efeito clínico mais abrangente (Wang *et al.,* 2024).

Em relação às mudanças dietéticas, a exclusão isolada do glúten não apresentou impacto significativo na redução dos autoanticorpos, embora a suplementação com EPA e DHA tenha se mostrado eficaz na redução da inflamação sistêmica, o que pode contribuir de maneira indireta para o controle da doença autoimune (Szczuko, 2024).

Apesar dos resultados encorajadores, é importante destacar algumas limitações. A principal refere-se à heterogeneidade metodológica dos estudos incluídos, que apresentaram variações importantes nos protocolos de intervenção, doses utilizadas, duração do tratamento e métodos de avaliação dos desfechos. Além disso, muitos estudos trabalharam com amostras pequenas e períodos de seguimento relativamente curtos, o que limita a generalização dos resultados. Outro ponto relevante é que parte da evidência disponível deriva de revisões narrativas ou estudos de qualidade metodológica moderada, indicando a necessidade de mais ensaios clínicos robustos para confirmação dos dados (Rouland, 2020; Inaba, 2019; Chen, 2020).

De modo geral, os estudos revisados apontam uma diversidade relevante de abordagens terapêuticas promissoras no manejo da Tireoidite de Hashimoto. Entre elas, a suplementação de vitamina D destacou-se como a mais consistente em termos de evidências clínicas. Observou-se uma tendência favorável em muitas das abordagens estudadas, com melhorias tanto nos marcadores laboratoriais quanto nos sintomas clínicos dos pacientes. No entanto, a validação científica definitiva dessas terapias ainda depende da realização de estudos mais amplos, bem

ISSN: 2675-6218 - RECIMA21
Este artigo é publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional (CC-BY), que permite uso, distribuição e reprodução irrestritos em qualquer meio, desde que o autor original e a fonte sejam creditados.

REVISTA CIENTÍFICA - RECIMA21 ISSN 2675-6218

desenhados e de longa duração, que possam estabelecer, de forma clara, a eficácia, a segurança e a aplicabilidade dessas estratégias no contexto clínico (Peng, 2024; Luo, 2024).

4. DISCUSSÃO

A Tireoidite de Hashimoto (TH) é uma doença autoimune de alta prevalência, tratada tradicionalmente com reposição hormonal à base de levotiroxina. No entanto, o interesse crescente por terapias complementares e alternativas tem impulsionado a investigação sobre abordagens que visem não apenas a reposição hormonal, mas também a modulação da resposta autoimune e o bem-estar geral do paciente.

Entre as intervenções analisadas, a vitamina D destacou-se como uma das mais promissoras. Diversos estudos apontaram uma associação consistente entre níveis reduzidos dessa vitamina e maior gravidade clínica da TH, evidenciada pelo aumento de autoanticorpos como anti-TPO e anti-Tg (Zhang *et al.,* 2021; Kim, 2017; Muscogiuri *et al.,* 2014). A suplementação com vitamina D3 por períodos superiores a três meses demonstrou eficácia na redução desses marcadores, sugerindo um possível papel imunomodulador relevante (Zhang *et al.,* 2021). Embora os resultados sejam positivos, autores como Vondra (2015) e Dyrka *et al.,* (2024) destacam a necessidade de ensaios clínicos com melhor controle para confirmar esses benefícios de forma conclusiva.

A suplementação com selênio também mostrou benefícios significativos, especialmente em curto prazo. Diversas revisões sistemáticas relataram reduções nos níveis de TPOAb e TGAb (Huwiler *et al.,* 2024; Kong, 2023). Entretando, o efeito tende a se atenuar com o uso prolongado (Wang *et al.,* 2023), reforçando a importância de protocolos individualizados e do monitoramento contínuo durante o tratamento.

Outra abordagem que merece destaque é a fitoterapia chinesa, cuja eficácia foi evidenciada em meta-análises recentes. Fórmulas como *Yiqi Huayu Recipe*, *Liqi Xiaoying Decoction* e *Shugan Sanjie Therapy* mostraram-se benéficas na redução de autoanticorpos e na preservação da função tireoidiana, sem relatos de eventos adversos significativos (Luo *et al.,* 2024). Adicionalmente, o uso da cápsula *Bailing,* isoladamente ou em associação à levotiroxina, também resultou em melhora dos parâmetros hormonais e inflamatórios (Su, 2024), sugerindo potencial sinergia terapêutica.

A acupuntura**,** tradicionalmente considerada uma terapia complementar, foi avaliada com rigor científico. Uma meta-análise conduzida por Wang *et al.,* (2024) demonstrou melhora clínica significativa em comparação ao tratamento convencional com levotiroxina. Os benefícios incluíram a redução de autoanticorpos e TSH, além de aumento dos níveis FT3 e FT4, indicando um impacto positivo sobre a função tireoidiana e a sintomatologia geral.

No que diz respeito às **i**ntervenções dietéticas, os dados permanecem inconclusivos. A exclusão isolada do glúten não apresentou impacto relevante dos autoanticorpos (Liontiris;

Este artigo é publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional (CC-BY), que permite uso, distribuição e reprodução irrestritos em qualquer meio, desde que o autor original e a fonte sejam creditados.

REVISTA CIENTÍFICA - RECIMA21 ISSN 2675-6218

Mazokopakis, 2017), embora sua associação com ácidos graxos ômega-3, como EPA e DHA, tenha evidenciado efeitos anti-inflamatórios sistêmicos (Szczuko, 2024), o que pode contribuir indiretamente para o controle da autoimunidade.

Apesar dos avanços, a discussão não pode ignorar as limitações metodológicas presentes na literatura atual. Muitos dos estudos revisados apresentaram heterogeneidade em termos de planos experimentais, amostras reduzidas, curta duração de acompanhamento e diferentes critérios de avaliação dos desfechos (Rouland, 2020; Chen, 2020). Além disso, parte das evidências deriva de revisões narrativas ou estudos com qualidade moderada, o que reforça a necessidade de ensaios clínicos controlados e de longa duração para validação científica das terapias complementares (Peng, 2024).

Portanto, embora as terapias emergentes apresentem resultados promissores, sua aplicação clínica ainda requer cautela. A integração dessas estratégias ao tratamento convencional deve ser feita com cautela, baseada em evidências sólidas e acompanhamento individualizado. Destaca-se, nesse cenário, o papel fundamental da suplementação de vitamina D como medida de baixo custo, baixo risco e potencial benefício imunológico.

5. CONSIDERAÇÕES

A presente revisão integrativa evidenciou que, embora a reposição hormonal com levotiroxina constitua a terapia de primeira linha no tratamento da Tireoidite de Hashimoto, intervenções complementares e alternativas podem exercer papel adjuvante relevante no manejo da doença, especialmente no que se refere à modulação da autoimunidade e ao controle de manifestações clínicas persistentes. Dentre as estratégias avaliadas, a suplementação de vitamina D apresentou o maior grau de consistência entre as evidências disponíveis, associando-se à redução dos títulos de autoanticorpos tireoidianos e à modulação de vias imunorregulatórias. A suplementação de selênio demonstrou efeitos benéficos sobretudo em curto prazo, enquanto abordagens como a fitoterapia chinesa e a acupuntura evidenciaram resultados favoráveis em parâmetros clínicos e laboratoriais, embora com variabilidade metodológica significativa.

Todavia, a robustez desses achados é limitada pela heterogeneidade dos delineamentos metodológicos, pela ausência de padronização quanto às doses, formulações e duração das intervenções, bem como pelos períodos reduzidos de seguimento observados na maioria dos estudos. Nesse contexto, a incorporação dessas estratégias à prática clínica deve ser realizada de forma criteriosa e individualizada, como complemento à terapêutica convencional. Ressalta-se a necessidade de ensaios clínicos randomizados, controlados e de longo prazo, com adequada padronização metodológica, a fim de estabelecer com maior precisão a eficácia, a segurança e a aplicabilidade dessas abordagens no manejo integrado da Tireoidite de Hashimoto.

ISSN: 2675-6218 - RECIMA21
Este artigo é publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional (CC-BY), que permite uso, distribuição e reprodução irrestritos em qualquer meio, desde que o autor original e a fonte sejam creditados.

REVISTA CIENTÍFICA - RECIMA21 ISSN 2675-6218

REFERÊNCIAS

CHEN, Pei et al. Effect of large dosage of Prunella on Hashimoto's thyroiditis: A protocol of systematic review and meta-analysis of randomized clinical trials. **Medicine**, v. 99, n. 50, p. e23391, 2020.

DYRKA, Kamil; OBARA-MOSZYŃSKA, Monika; NIEDZIELA, Marek. Autoimmune thyroiditis: an update on treatment possibilities. **Endokrynologia Polska**, v. 75, n. 5, p. 461–472, 2024.

HUWILER, Valentina V. *et al.* Selenium supplementation in patients with Hashimoto thyroiditis: A systematic review and meta-analysis of randomized clinical trials. **Thyroid: Official Journal of the American Thyroid Association**, v. 34, n. 3, p. 295–313, 2024.

INABA, Hidefumi et al. Comprehensive research on thyroid diseases associated with autoimmunity: autoimmune thyroid diseases, thyroid diseases during immune-checkpoint inhibitors therapy, and immunoglobulin-G4-associated thyroid diseases. **Endocrine Journal**, v. 66, n. 10, p. 843–852, 2019.

KIM, Dohee. The role of vitamin D in thyroid diseases. **International Journal of Molecular Sciences**, v. 18, n. 9, 2017.

KONG, Xiang-Qi et al. Clinical efficacy of selenium supplementation in patients with Hashimoto thyroiditis: A systematic review and meta-analysis. **Medicine**, v. 102, n. 20, p. e33791, 2023.

LIONTIRIS, Michael I.; MAZOKOPAKIS, Elias E. A concise review of Hashimoto thyroiditis (HT) and the importance of iodine, selenium, vitamin D and gluten on the autoimmunity and dietary management of HT patients.Points that need more investigation. **Hellenic Journal of Nuclear Medicine**, v. 20, n. 1, p. 51–56, 2017.

LUO, Jinli *et al.* Clinical comparative efficacy and therapeutic strategies for the Hashimoto's thyroiditis: A systematic review and network meta-analysis. **Heliyon**, v. 10, n. 16, p. e35114, 2024.

MUSCOGIURI, G. *et al.* Vitamin D and thyroid disease: to D or not to D? **European Journal of Clinical Nutrition**, v. 69, n. 3, p. 291–296, 2015.

PENG, Bingcong *et al.* Effects of different supplements on Hashimoto's thyroiditis: a systematic review and network meta-analysis. **Frontiers in Endocrinology**, v. 15, n. 1445878, 2024.

ROULAND, A. *et al.* Thyroïdites: où en est-on en 2019? **La Revue de medecine interne**, v. 41, n. 6, p. 390–395, 2020.

SU, Bai-Yu et al. Effects of Bailing capsules combined with levothyroxine sodium on autoimmune thyroiditis. **Medicine**, v. 103, n. 48, p. e40713, 2024.

SZCZUKO, Małgorzata et al. The influence of an anti-inflammatory gluten-free diet with EPA and DHA on the involvement of maresin and resolvins in Hashimoto's disease. **International Journal of Molecular Sciences**, v. 25, n. 21, p. 11692, 2024.

VONDRA, Karel; STÁRKA, Luboslav; HAMPL, Radim. Vitamin D and thyroid diseases. **Physiological Research**, v. 64, Suppl. 2, p. S95–S100, 2015. DOI: 10.33549/physiolres.933083.

Este artigo é publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional (CC-BY), que permite uso, distribuição e reprodução irrestritos em qualquer meio, desde que o autor original e a fonte sejam creditados.

REVISTA CIENTÍFICA - RECIMA21 ISSN 2675-6218

WANG, Qixin et al. Bailing capsule alleviates autoimmune thyroiditis via regulating peroxisome proliferator-activated receptor signaling pathway: a multi-omics analysis. **Journal of Traditional Chinese Medicine**, v. 44, n. 6, p. 1217–1226, 2024. DOI: 10.19852/j.cnki.jtcm.20240409.001.

WANG, Xiaohui et al. Effect of acupuncture on Hashimoto thyroiditis: A systematic review and meta-analysis. **Medicine**, v. 103, n. 9, p. e37326, 2024.

WANG, Yong-Sheng et al. The effects of selenium supplementation in the treatment of autoimmune thyroiditis: an overview of systematic reviews. **Nutrients**, v. 15, n. 14, 3194, 2023. DOI: 10.3390/nu15143194.

ZHANG, Jingwen et al. Effects of vitamin D on thyroid autoimmunity markers in Hashimoto's thyroiditis: systematic review and meta-analysis. **Journal of International Medical Research**, v. 49, n. 12, p. 1–12, 2021. DOI: 10.1177/03000605211060675.

ZHOU, Ling et al. Clinical efficacy and molecular mechanism of Chinese medicine in the treatment of autoimmune thyroiditis. **Journal of Ethnopharmacology**, v. 323, 117689, 2024. DOI: 10.1016/j.jep.2023.117689.

Este artigo é publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional (CC-BY), que permite uso, distribuição e reprodução irrestritos em qualquer meio, desde que o autor original e a fonte sejam creditados.