

Recuerde

- No se deben iniciar tratamientos para bajar el ácido úrico cuando hay un ataque agudo de gota, pues se pueden empeorar o alargar el mismo.
- Los medicamentos que se utilizan para tratar los ataques agudos, no van a disminuir los niveles de ácido úrico y tampoco van a modificar el curso de la enfermedad.
- El tratamiento óptimo de la gota requiere tanto de medidas farmacológicas como no farmacológicas y debe ser instaurado según los factores de riesgo y la presentación clínica de la enfermedad.
- En caso de que usted presente síntomas de la enfermedad, debe acudir a un MÉDICO o FARMACÉUTICO para que éste le indique el tratamiento adecuado.



Para mayor información, comuníquese al Centro Nacional de Información de Medicamentos a los teléfonos: 2511 3474/ 2511-8311/ 2511-8313 y con gusto atenderemos su consulta.

Fax 2511-5700. Email: cimed.inifar@ucr.ac.cr

Gota



Boletín para pacientes

CIMED 
Centro Nacional de Información de Medicamentos

Definición

La **gota** es una enfermedad producida por una acumulación de ácido úrico en el cuerpo, sobre todo en las articulaciones, alrededor de ellas y en tejidos blandos.

En algunos casos se da como consecuencia de **hiperuricemia** (acumulación del ácido úrico en la sangre), aunque se han documentado casos de la enfermedad bajo niveles normales de ácido úrico (ausencia de hiperuricemia).

El síndrome de la gota está generalmente caracterizado por problemas de artritis aguda o crónica recurrentes. Los cristales de ácido úrico pueden depositarse en una articulación y provocar una respuesta inflamatoria dolorosa (conocidos como **tofos**), o podrían depositarse en un tejido suave y no dar una respuesta inflamatoria.

Síntomas

- Dolor severo en el dedo gordo del pie, raramente en el talón, tobillo o empeine. Estos dolores se presentan frecuentemente durante la noche.
- La piel de la lesión se encuentra tensa, caliente, brillante y roja.
- Fiebre.
- Taquicardia, (cuando el corazón palpita más rápido de lo habitual)
- Escalofríos.
- Malestar general.

Factores de riesgo

- Consumo de alcohol, alimentos ricos en purinas (sardinas, anchoas, extractos de carne) y bajo consumo de lácteos.
- Enfermedades renales.
- Hipertensión arterial.
- Obesidad.
- Uso de diuréticos y de aspirina en baja dosis
- Trasplantes cuyo tratamiento requiere el uso de ciclosporina.
- Síndrome de Down.
- Toxicidad por plomo, (envenenamiento, inhalación de vapor o de polvo).
- Toxemia del embarazo, (presencia de hipertensión arterial y que se desarrolla después de la semana 20 del embarazo).

Tratamiento

Entre los medicamentos utilizados a la hora de aliviar el dolor durante un ataque de gota se encuentran los AINE's o antiinflamatorios no esteroideos (como por ejemplo, sulindaco, naproxeno, fenoprofeno, ibuprofeno, piroxicam entre otros); éstos son el tratamiento de elección en caso de ataques de gota aguda excepto en los casos en los que existen contraindicaciones (úlceras gástricas, alergia al medicamento, insuficiencia renal, embarazo, entre otros). La colchicina es otra elección a la hora de tratar ataques agudos de gota. Los corticosteroides son efectivos en el tratamiento de ataques agudos y son especialmente útiles cuando los AINE's están contraindicados.

El alopurinol es un medicamento especialmente eficaz en pacientes que presentan algún tipo de trasplante, y está diseñado para controlar la enfermedad al bajar los niveles de ácido úrico en la sangre.

En caso de necesitar tratamiento farmacológico se debe CONSULTAR a su médico o farmacéutico.

Muchas medidas correctivas pueden ayudar a corregir las posibles causas de la enfermedad. Entre ellas están la reducción gradual del peso, modificaciones en la dieta, reducir o eliminar el uso de un diurético (previa consulta con el médico) y reducir o eliminar por completo el consumo de alcohol.

Recomendaciones alimenticias

Alimentos cuyo consumo debería aumentar:

Frutas y hortalizas.	Frutos secos.
Lácteos (de preferencia "light").	Soya.
Almendras.	Garbanzos.
Cereales.	Apio y tomate.

Alimentos cuyo consumo se debería reducir o eliminar:

Carnes.	Mariscos.
Sardinas	Anchoas.
Pescado grasoso.	Lentejas*
Espinacas*	Hongos y espárragos*

* Es preferible que el paciente consuma productos vegetales que animales, ya que estos no aumentan el riesgo de gota y además son ricos en proteínas, fibra, vitaminas y minerales.