

Gota

La gota es una enfermedad inflamatoria de las articulaciones extremadamente dolorosa. La provoca un aumento del nivel de ácido úrico en la sangre, que cuando se cristaliza, puede producir una inflamación en las articulaciones y los tejidos circundantes. Las personas con gota suelen tener afecciones o tomar medicamentos que aumentan el nivel de ácido úrico en la sangre. Por ejemplo, las enfermedades renales y los medicamentos **diuréticos** (comprimidos para orinar) pueden aumentar el riesgo de tener gota. Los factores genéticos y la dieta también cumplen una función. Los alimentos asociados con un mayor riesgo de gota incluyen: achuras, carne roja, pescado, **fructosa** (un endulzante común) y bebidas alcohólicas, en especial, la cerveza. La gota es común en los hombres que tienen, al menos, 30 años y en las mujeres posmenopáusicas; la incidencia aumenta con la edad. En las últimas décadas, la frecuencia de casos de gota casi se ha duplicado. Las razones incluyen: una vida más prolongada, las elecciones alimentarias, los índices crecientes de enfermedades renales crónicas, la obesidad y el uso de determinados medicamentos. El número del 28 de noviembre de 2012 de *JAMA* incluye un artículo acerca del diagnóstico y el tratamiento de la gota. Esta Hoja para el Paciente se basa en otra publicada en el número de *JAMA* del 24 de noviembre de 2010.



SÍNTOMAS

Los ataques de gota típicos pueden provocar:

- La aparición repentina de dolor e hinchazón articulares en 1 o más articulaciones, en especial, en el dedo gordo del pie.
- Incapacidad de utilizar las articulaciones.
- Fiebre.

Con el transcurso de los años, estos ataques pueden producirse con más frecuencia y provocar una artritis gotosa crónica con:

- **Tofos** (depósitos de ácido úrico en los tejidos blandos y en las articulaciones).
- Deformación de la articulación y movilidad reducida.
- Dolor crónico.

DIAGNÓSTICO, PREVENCIÓN Y TRATAMIENTO

La revisión de los antecedentes médicos, los síntomas, el examen físico y la medición del nivel de ácido úrico en la sangre ayudan a realizar el diagnóstico de gota. El diagnóstico se puede confirmar con la detección de cristales de ácido úrico en el líquido articular.

Los pasos para prevenir los ataques de gota incluyen:

- Restringir el consumo de determinados alimentos (p. ej., carne roja, achuras y mariscos).
- Restringir el consumo de bebidas alcohólicas y con alto contenido de fructosa.
- Bajar de peso.
- Tomar medicamentos para disminuir el ácido úrico (por lo general, se recomienda a las personas con gota severa o complicaciones).

Los episodios de gota tienden a resolverse de 5 a 7 días incluso sin recibir tratamiento, pero con frecuencia reaparecen. El dolor y la duración del ataque de gota pueden reducirse significativamente utilizando **fármacos antiinflamatorios no esteroideos** (p. ej., ibuprofeno, indometacina) o colchicina, y tomar esos medicamentos dentro de las 24 horas posteriores a los ataques suele ser la primera línea de defensa. En algunos casos, es necesario administrar corticoesteroides o una combinación de medicamentos (p. ej., colchicina e ibuprofeno).

Si usted tiene gota, consulte a su médico con regularidad. Con el tratamiento adecuado, los ataques de gota, por lo general, pueden tratarse o prevenirse con gran éxito.

PARA OBTENER MÁS INFORMACIÓN

- National Library of Medicine (Biblioteca Nacional de Medicina) vsearch.nlm.nih.gov/vivisimo/cgi-bin/query-meta?v%3Aproject=medlineplus&query=gout.
- American College of Rheumatology (Colegio Americano de Reumatología) www.rheumatology.org/practice/clinical/patients/diseases_and_conditions/gout.asp.
- Centers for Disease Control and Prevention (Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades) www.cdc.gov/arthritis/basics/gout.htm.

INFÓRMESE

Para encontrar esta y otras Hojas para el Paciente de *JAMA* anteriores, vaya al enlace Patient Page (Hoja para el Paciente) del sitio web de *JAMA* en www.jama.com. Muchas están disponibles en inglés y español.

Fuente: National Library of Medicine at the National Institutes of Health, Centers for Disease Control and Prevention

Ryszard M. Pluta, MD, PhD, Redactor

Robert H. Shmerling, MD, Redactor

Alison E. Burke, MA, Ilustradora

Edward H. Livingston, MD, Editor

La Hoja para el Paciente de *JAMA* es un servicio al público de *JAMA*. La información y las recomendaciones que aparecen en esta hoja son adecuadas en la mayoría de los casos, pero no reemplazan el diagnóstico médico. Para obtener información específica relacionada con su afección médica personal, *JAMA* le sugiere que consulte a su médico. Los médicos y otros profesionales del cuidado de la salud pueden fotocopiar esta hoja con fines no comerciales para compartirla con pacientes. Para comprar reimpressiones en grandes cantidades, llame al 312/464-0776.

