



¿Qué es la gota?

La gota es una de las formas de artritis más dolorosas. Ocurre cuando se acumula demasiado ácido úrico en el cuerpo. Esta acumulación puede provocar:

- depósitos de ácido úrico que se convierten en cristales afilados en las articulaciones o coyunturas, y frecuentemente se acumulan en el dedo gordo del pie
- depósitos de ácido úrico (llamados tofo gotoso) que parecen como un chichón debajo de la piel
- piedras (cálculos) renales debido a los cristales de ácido úrico en los riñones.

En muchas personas, el primer ataque de gota ocurre en el dedo gordo del pie. A menudo, el ataque despierta a la persona cuando está durmiendo. El dedo está muy resentido, enrojecido, tibio e hinchado.

La gota puede causar:

- dolor
- hinchazón
- enrojecimiento
- calor
- rigidez en la articulación.

Además del dedo gordo del pie, la gota puede afectar:

- el arco del pie
- los tobillos
- los talones
- las rodillas
- las muñecas
- los dedos de la mano
- los codos.

Un ataque de gota puede presentarse debido a situaciones estresantes, el uso de alcohol o drogas o debido a otra enfermedad. Los primeros ataques por lo general se mejoran dentro de un periodo de tres a diez días, aún sin que se inicie un tratamiento. Puede ser que el próximo ataque no ocurra hasta meses o años después.

Departamento de Salud y Servicios
Humanos de los EE.UU.
Servicio de Salud Pública

Instituto Nacional de
Artritis y Enfermedades
Musculares, Óseas y de la Piel
Institutos Nacionales
de la Salud
1 AMS Circle
Bethesda, MD 20892-3675

Teléfono: 301-495-4484;
1-877-22-NIAMS (libre de costo)
TTY: 301-565-2966
Fax: 301-718-6366
Correo Electrónico:
NIAMSInfo@mail.nih.gov
www.niams.nih.gov



¿Cuál es la causa de la gota?

La gota es causada por la acumulación excesiva del ácido úrico en el cuerpo. El ácido úrico surge por la descomposición de unas sustancias llamadas purinas. Las purinas se encuentran en todos los tejidos del cuerpo. También se encuentran en muchos alimentos tales como el hígado, los frijoles y guisantes secos y en las anchoas.

Normalmente, el ácido úrico se disuelve en la sangre, pasa por los riñones y sale del cuerpo en la orina. El ácido úrico puede acumularse en la sangre cuando:

- el cuerpo aumenta la cantidad de ácido úrico que produce
- los riñones no eliminan suficiente ácido úrico
- uno come muchos alimentos ricos en purinas.

Es más probable que usted padezca de gota si:

- tiene familiares con esta enfermedad
- es hombre
- está sobrepeso
- toma demasiado alcohol
- come demasiados alimentos ricos en purinas
- tiene una enzima defectuosa que hace difícil el que su cuerpo descomponga las purinas
- está expuesto al plomo en el medioambiente
- ha tenido un transplante de órgano
- toma medicamentos tales como diuréticos, aspirina, ciclosporina o levodopa
- toma la vitamina niacina.

¿Cómo se diagnostica la gota?

El médico le preguntará acerca de sus síntomas, antecedentes médicos y de familiares con gota. Las señales y los síntomas de la gota incluyen:

- hiperuricemia (altos niveles de ácido úrico en la sangre)
- cristales de ácido úrico que se encuentran en el líquido de las articulaciones
- más de un ataque de artritis aguda
- artritis que se desarrolla en un día y produce hinchazón, enrojecimiento y calor en la articulación
- ataque de artritis en una sola articulación, usualmente en el dedo gordo del pie, el tobillo o la rodilla.

Para confirmar el diagnóstico de gota, su médico le puede tomar una muestra del líquido acumulado en una articulación inflamada para ver si hay cristales de los que se asocian con la gota.

¿Cuál es el tratamiento para la gota?

Los médicos usan diferentes tipos de medicamentos para tratar un ataque agudo de gota incluyendo:

- los medicamentos antiinflamatorios no esteroides (AINE), como Motrin*
- los corticoesteroides, como la prednisona
- la colchicina, que funciona mejor cuando se toma dentro de las primeras 12 horas de un ataque agudo.

A veces, los médicos recetan AINE o colchicina en pequeñas cantidades diarias para prevenir futuros ataques. También existen medicamentos que reducen los niveles de ácido úrico en la sangre.

¿Qué pueden hacer las personas que padecen de gota para mantenerse saludables?

Algunas cosas que usted puede hacer para mantenerse saludable:

- Tome sus medicamentos como se lo ordenó el médico.
- Dígale a su médico de todos los medicamentos y vitaminas que está tomando.
- Planifique las visitas de control con su médico.
- Mantenga una dieta saludable y balanceada. Evite los alimentos que son ricos en purinas y tome bastante agua.
- Haga ejercicios regularmente y mantenga un peso saludable. Pregúntele a su médico cómo puede perder peso sin riesgos. La pérdida de peso rápida y extrema puede aumentar los niveles de ácido úrico en la sangre.

¿Qué investigaciones se están haciendo sobre la gota?

Los investigadores están estudiando:

- cuáles de los AINE son los más eficaces para el tratamiento de la gota
- nuevos medicamentos que sean seguros al disminuir los niveles de ácido úrico en la sangre y reduzcan los síntomas
- las enzimas que descomponen las purinas en el cuerpo.

Los investigadores también están estudiando la función de factores genéticos y del medioambiente sobre la hiperuricemia y la gota.

*Las marcas que se mencionan en este folleto son sólo un ejemplo, y su inclusión no significa que estos productos son recomendados por los Institutos Nacionales de la Salud o cualquier otra agencia del gobierno. Además, si no se ha mencionado cualquier otra marca, esto no significa ni implica que el producto no es eficaz.

Para más información acerca de la gota y otras condiciones relacionadas:

Instituto Nacional de Artritis y Enfermedades Musculoesqueléticas y de la Piel (NIAMS, por sus siglas en inglés)

Institutos Nacionales de la Salud

1 AMS Circle

Bethesda, MD 20892-3675

Teléfono: 301-495-4484 ó 877-22-NIAMS (226-4267) (libre de costo)

TTY: 301-565-2966

Fax: 301-718-6366

Correo electrónico: NIAMSInfo@mail.nih.gov

www.niams.nih.gov

NIAMS apoya la investigación y la capacitación de científicos y otros profesionales de la salud que ofrecen tratamiento y ayudan a prevenir enfermedades de los huesos, músculos, articulaciones o coyunturas y la piel. También, NIAMS intenta promover el conocimiento sobre las causas de estas enfermedades, a la vez que ofrece al público información relacionada.

La información que aparece en esta publicación se resumió en un formato de fácil lectura, y se tomó de una publicación más extensa del NIAMS. Para pedir la versión en inglés, Gout Q&A, por favor llame al NIAMS a los números que están arriba. Para ver el texto completo o para ordenarlo en línea, visítenos en la Web a: <http://www.niams.nih.gov>.

Para su información

Esta publicación contiene información sobre medicamentos que se usan para el tratamiento de la condición de salud que se describe aquí. Esta información es la más actualizada y correcta que estuvo disponible al momento de imprimir esta hoja informativa. Sin embargo, con frecuencia surge nueva información sobre estos medicamentos.

Para obtener la información más reciente, o hacer preguntas sobre cualquiera de los medicamentos que está tomando, por favor llame a la Administración de Drogas y Alimentos de los EE.UU. al 1-888-INFO-FDA (1-888-463-6332 libre de cargos) o visite su página en la Web a: www.fda.gov.