



¿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 cristales de ácido úrico en las articulaciones o coyunturas, y frecuentemente se acumulan en el dedo gordo del pie
- Depósitos de ácido úrico (llamados tofos gotosos) que parecen como bultos 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, al abuso del alcohol o las drogas o debido a otra enfermedad. Los primeros ataques por lo general se mejoran dentro de un periodo de tres a diez días, aun 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
Musculoesqueléticas y de la Piel
Institutos Nacionales
de la Salud
1 AMS Circle
Bethesda, MD 20892-3675

Teléfono: 301-495-4484
Llame gratis: 877-22-NIAMS
TTY: 301-565-2966
Fax: 301-718-6366
Correo electrónico:
NIAMSinfo@mail.nih.gov
Sitio Web: www.niams.nih.gov



¿Qué causa la gota?

La gota la causa la acumulación excesiva de 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. Sin embargo, 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.
- Se consumen muchos alimentos ricos en purinas.

Cuando la concentración de ácido úrico en la sangre es alta, se conoce como hiperuricemia. A la mayoría de las personas con hiperuricemia no les da gota. Sin embargo, se puede presentar si se forman en el cuerpo cristales de ácido úrico en cantidades excesivas.

Es más probable que una persona padezca de gota si:

- Tiene familiares con esta enfermedad
- Es hombre
- Tiene sobrepeso
- Toma demasiado alcohol
- Come demasiados alimentos ricos en purinas
- Tiene una enzima defectuosa que hace difícil que el cuerpo descomponga las purinas
- Está expuesta al plomo en el medioambiente
- Ha tenido un trasplante 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 los síntomas, antecedentes personales y familiares de la gota. Las señales y los síntomas de la gota incluyen:

- Hiperuricemia (altas concentraciones de ácido úrico en la sangre)
- Cristales de ácido úrico en el líquido de las articulaciones
- Más de un ataque de artritis aguda
- Artritis que se presenta 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 la gota, el médico puede tomar una muestra de líquido de 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 que incluyen:

- Los medicamentos antiinflamatorios no esteroides (AINE)
- Los corticosteroides, 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 la concentración de ácido úrico en la sangre.

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

Algunas cosas que las personas pueden hacer para mantenerse sanas son:

- Tomar los medicamentos como se los ordenó el médico.
- Decir al médico todos los medicamentos y vitaminas que están tomando.
- Programar las visitas de control con el médico.
- Mantener una dieta saludable y balanceada. Evitar los alimentos que son ricos en purinas y tomar bastante agua.
- Hacer ejercicio regularmente y mantener un peso saludable. Pregúntele a su médico cómo puede perder peso sin riesgos. La pérdida de peso rápida y extrema puede aumentar la concentración de ácido úrico en la sangre.

¿Qué investigaciones se están haciendo sobre la gota?

Los investigadores están estudiando:

- Cuáles AINE son los más eficaces para el tratamiento de la gota
- La dosis óptima de los medicamentos para la gota
- Nuevos medicamentos inocuos que disminuyan la concentración del ácido úrico en la sangre y reduzcan los síntomas
- Nuevos tratamientos para bloquear una sustancia química llamada factor de necrosis tumoral
- Las enzimas que descomponen las purinas en el cuerpo
- La función de los alimentos y ciertas vitaminas
- La función de los factores genéticos y del medioambiente
- La interacción de las células involucradas en los ataques agudos de gota.

Para más información acerca de la gota y otras enfermedades relacionadas, comuníquese con el:

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

Institutos Nacionales de la Salud (NIH, por sus siglas en inglés)

1 AMS Circle

Bethesda, MD 20892-3675

Teléfono: 301-495-4484

Llame gratis: 877-22-NIAMS (877-226-4267)

TTY: 301-565-2966

Fax: 301-718-6366

Correo electrónico: NIAMSinfo@mail.nih.gov

Sitio Web: www.niams.nih.gov

Para su información:

En esta hoja informativa puede encontrar información sobre medicamentos que se usan para tratar la enfermedad aquí mencionada. Hemos brindado la información más actualizada disponible al momento de la impresión. Es posible que desde entonces haya surgido más información sobre estos medicamentos.

Para obtener la información más actualizada o para hacer preguntas sobre cualquiera de los medicamentos que está tomando, llame gratis a la Administración de Drogas y Alimentos (FDA, por sus siglas en inglés) de los Estados Unidos al 888-INFO-FDA (888-463-6332) o visite el sitio Web: www.fda.gov.