Haga algo para controlar la gota

Consejos médicos para pacientes con gota

La gota es una enfermedad que lo acompañará durante toda la vida una vez diagnosticada. Con medicación apropiada y modificaciones en el estilo de vida, muchos pacientes pueden lograr un excelente control de la enfermedad, y los ataques pueden volverse poco frecuentes.

Los brotes pueden permanecer inactivos durante toda la vida con un adecuado tratamiento médico y cambios en el estilo de vida. Al igual que con muchas otras condiciones médicas graves, el diagnóstico temprano y su posterior tratamiento son cruciales. Si la gota no se trata, puede ocasionar daños permanentes en las articulaciones que podrían restringir sus actividades.

¿Qué sucede durante un ataque de gota?

Un ataque de gota comienza repentinamente, a menudo con una punzada en una articulación, acompañada de un aumento rápido de la temperatura local y mucho dolor. Comúnmente ataca una articulación tal como el dedo gordo o la parte media de un pie, un tobillo o una rodilla. El dolor empeora muy rápidamente. La articulación se volverá sensible al tacto, se hinchará y enrojecerá durante un periodo de 12 horas. Si el ataque de gota no se trata, se mantendrá en un nivel intenso de dolor durante varios días y gradualmente desaparecerá en una semana aproximadamente. Es bastante común tener un poco de fiebre y malestar general.

Es importante entender que sería inusual que el primer episodio –o brote– sea el último.

Cuando aparecen los primeros brotes de la gota, es posible que las personas tengan solo un ataque de vez en cuando. Tal vez solo dure entre cinco y siete días. Pero la mayoría de las veces, los episodios se repiten. Una vez que una persona tiene dos ataques dentro de un período de 12 meses, los médicos generalmente recomiendan comenzar con medicación para disminuir la cantidad de ácido úrico en el cuerpo. Demasiado ácido úrico en el cuerpo prepara el terreno para un episodio doloroso de gota.

Toda persona que sufre de gota necesita conocer su nivel actual de ácido úrico y el nivel al que debería llegar. Como regla general, el objetivo es lograr un nivel de ácido úrico en sangre de 6.0 mg/dL o inferior. El nivel se puede determinar con un simple análisis de sangre. Se recomienda que los pacientes con gota se hagan un análisis de concentración sérica de ácido úrico dos veces al año.

Sin un monitoreo regular de la condición y un tratamiento apropiado, el dolor y los problemas de ácido úrico no controlado empeorarán. Muchas personas pasan de sufrir episodios ocasionales de gota a tener lo que se conoce como gota avanzada. En esta fase, los episodios ocurren con más frecuencia y en más articulaciones. Las articulaciones pueden deformarse e hincharse, y los pacientes experimentarán dolor cada vez más intenso y a menudo crónico. Buscar ayuda médica de inmediato y cumplir las órdenes del médico es esencial para evitar que la gota avance a su fase avanzada.

Recuerde que con un tratamiento apropiado, ¡la gota se puede controlar!

Tratamiento para la gota

El médico se centrará en dos tipos de tratamiento:

1. Control del dolor
2. Tratamiento para disminuir el nivel de ácido úrico (terapia de disminución de uratos)

Control del dolor en ataques de gota

El control del dolor es importante. Hay muchas opciones para controlar el dolor, y no hay necesidad de sufrir durante un ataque. Algunas veces se usan medicamentos de venta sin receta pero la mayoría de las veces es necesario recurrir a medicamentos con receta médica para controlar el insoportable dolor de un ataque. Estos incluyen:

- Colquicina
- Glucocorticoesteroides (Prednisona, Medrol)
- Medicamentos antiinflamatorios como ibuprofeno, naproxeno

Medicamentos para disminuir el ácido úrico

Existen varios fármacos que ayudan a disminuir los niveles de ácido úrico en el cuerpo. Son los tratamientos de disminución de uratos e incluyen:

- Alopurinol
- Febuxostat
- Pegloticasa
- Probenecid

La dosificación es personalizada. Al igual que con otros medicamentos, seguramente usted tolere algunas combinaciones mejor que otras. Infórmele a su médico en caso de algún efecto colateral desagradable. Se podrán realizar ajustes a la dosis o al tipo de medicamento hasta lograr el tratamiento correcto.

Infórmele también a su médico el resto de los problemas de salud que tenga y todos los medicamentos que tome, incluyendo los productos de venta sin receta, tal como hierbas, vitaminas y suplementos. Algunos medicamentos aumentan el nivel de ácido úrico. Otros ayudan a bajarlo. Ocasionalmente, estas dosis también pueden ajustarse.

AVISO IMPORTANTE: Cuando los pacientes comienzan un tratamiento de disminución de uratos, pueden sufrir ataques de gota. Estos ataques son un signo de que el organismo está trabajando para eliminar el ácido úrico extra. Es importante que siga tomando el medicamento y le avise a su profesional de la salud para asegurarse de contar con algún medicamento que le permita controlar el dolor.

Si desea más información, consulte con su médico o visite GoutEducation.org.