



Uma doença chamada gota

O que é?

Uma das diversas doenças reumáticas, a gota é um quadro inflamatório que acomete as nossas articulações. Ela é provocada pelo acúmulo excessivo de ácido úrico que se precipita em forma de cristais.

O ácido úrico

Trata-se do produto final das reações da purina, substância advinda da digestão de proteínas e que está presente em alimentos como carnes, bebidas alcoólicas, leguminosos e frutos do mar.

Como o quadro se forma

Degradamos o ácido úrico com a enzima uricase e o eliminamos por meio da urina. Se a enzima não funciona, o ácido pode se concentrar, na forma de cristais, nas articulações, causando artrite, e também nos rins, formando cálculos renais ou nefrites. Esses quadros são responsáveis pelos sintomas.

Quais os sintomas?

A artrite é a manifestação mais comum da gota. Caracteriza-se por uma dor aguda, que chega sem dar avisos). Além dela, a doença também provoca:

- Inchaço nas articulações
- Vermelhidão

- Dificuldade de realizar movimentos

E o tratamento?

Em meio às crises, a doença costuma ser tratada à base de medicamentos anti-inflamatórios e de uma substância que mascara a presença do ácido úrico, a colchicina. Posteriormente, utilizam-se medicamentos que diminuem a produção do ácido úrico.

O que leva à doença

- Predisposição familiar
- Consumo excessivo de álcool
- Desidratação
- Ingestão de carne vermelha em abundância
- Concomitância de outras doenças, como diabetes, obesidade, colesterol e triglicerídeos elevados
- Abuso de diuréticos e aspirinas

A prevenção

Reinventar-se quanto ao estilo de vida é a principal dica dos médicos. É preciso, portanto:

- Hidratar-se constantemente
- Ter uma dieta balanceada com quantidade moderada de carnes vermelhas
- Fazer exercícios físicos
- Não exagerar no consumo de bebidas alcoólicas

Onde é mais comum?

Principalmente nos membros inferiores:

- Hálux (o popular dedão do pé)
- Dorso do pé
- Tornozelo
- Joelho

Quem tem?

As primeiras crises de gota são mais comuns em homens jovens, a partir dos 20 anos. O quadro é raro em mulheres.

Bem mais do que Reis

A gota foi descrita pela primeira vez por Hipócrates, o “pai da medicina”, na Grécia antiga. Grande parte de seus pacientes eram nobres, por isso, o quadro ficou conhecido como a “Doença dos Reis”. Porém, essa nomenclatura gera controvérsias entre os médicos. Muitas pessoas de classes mais baixas poderiam sofrer da doença, mas não tiveram seus casos documentados devido à própria condição social.

[Gaucha ZH](#)

[Read More](#)
