

Informações ao paciente da BMJ

Última publicação: Aug 06, 2021

Gota

A gota pode ser muito dolorosa. Mas a maioria dos ataques de gota desaparece em 10 dias, mesmo sem tratamento. Os tratamentos podem ajudar com a dor e reduzir suas chances de ter mais ataques.

O que é gota?

A gota causa dor e inchaço nas articulações. Isso acontece quando você tem uma grande quantidade de uma substância química chamada urato no sangue. O urato é produzido no corpo quando você digere certos alimentos. Geralmente é inofensivo. Mas em algumas pessoas, ele se acumula e forma cristais. Os cristais podem se acumular nas articulações, causando inchaço e dor.

Nem todo mundo com altos níveis de urato tem gota. Mas quanto mais urato você tiver, maior a probabilidade de contrair gota.

Estas são algumas das coisas relacionadas ao excesso de urato no sangue:

- Beber muito álcool, especialmente cerveja
- Comer muitos alimentos, especialmente carne vermelha e marisco
- Estar muito acima do peso (obeso)
- Algumas doenças, incluindo doenças cardíacas, hipertensão arterial, diabetes e colesterol alto
- Alguns medicamentos, incluindo diuréticos e aspirina diária.

Quais são os sintomas?

Você sente dores fortes em uma das articulações. Aparece repentinamente, ao longo de algumas horas, geralmente durante a noite. A dor pode te acordar. Até mesmo o peso da roupa de cama sobre uma articulação com gota pode ser doloroso.

É mais provável que você tenha gota no dedão do pé. Outras articulações que podem ser afetadas incluem outras articulações do pé, tornozelo, joelho, punho, dedo e cotovelo.

Uma articulação com gota geralmente incha. A pele ao redor pode parecer vermelha e brilhante. Pode parecer rígido e quente ao toque. A dor piorará se você bater na articulação.

Gota

Cristais de urato também podem se formar sob a pele das mãos, joelhos, pulsos, cotovelos ou orelhas. Parecem protuberâncias brancas. Os médicos chamam esses inchaços de tofos.

Seu médico pode diagnosticar a gota examinando você e perguntando sobre seus sintomas. Seu médico pode coletar uma amostra de fluido da articulação para procurar cristais de urato, embora isso nem sempre seja necessário.

Você também pode precisar de um exame de sangue para verificar a quantidade de urato que você tem no sangue. No entanto, você geralmente não tem isso até que os sintomas desapareçam, porque os níveis de urato geralmente são normais durante um ataque de gota.

Quais tratamentos funcionam?

Vários medicamentos são usados para tratar e prevenir ataques de gota. E há algumas coisas que você mesmo pode experimentar.

Coisas que você pode fazer por si mesmo

Pode ajudar colocar uma bolsa de gelo ao redor da articulação dolorida. Você pode fazer uma bolsa de gelo embrulhando um saco de ervilhas congeladas em um pano de prato. Para manter as roupas de cama longe da sua articulação à noite, faça uma capa protetora para a sua articulação (de uma caixa de papelão, por exemplo).

É mais provável que você tenha gota se comer certos alimentos ou beber muita cerveja. Mudar o que você come e bebe pode ajudar a evitar mais ataques de gota. Coisas que podem ajudar a evitar ataques de gota incluem:

- perder peso (se você estiver acima do peso)
- comer menos frutos do mar
- beber menos álcool e
- consumir mais produtos lácteos.

Medicamentos para tratar ataques de gota

Você pode receber analgésicos chamados **antiinflamatórios não esteróides (AINEs)** para controlar a dor. Eles podem causar sangramento, especialmente em altas doses. Você pode precisar de outro medicamento junto com eles, para proteger seu estômago do sangramento.

Um medicamento chamado **colchicina** é usado há muitos anos para tratar a gota. Seu médico pode prescrevê-lo se você não puder tomar AINEs. É provável que funcione, mas não funciona para todos.

Muitas pessoas que o tomam têm vômitos e diarreia. Você não pode tomar altas doses de colchicina por muito tempo, pois ela pode causar efeitos colaterais perigosos.

Se você não puder tomar outros medicamentos, seu médico pode prescrever um curto período de **comprimidos de corticosteroides** ou uma **injeção de corticosteroide** na articulação inflamada.

Medicamentos para prevenir a gota

Esses medicamentos reduzem a quantidade de urato em seu corpo. Eles são chamados de medicamentos redutores de urato. Eles podem ajudar a reduzir a chance de outro ataque de gota.

Depois de começar, talvez seja necessário continuar tomando esses medicamentos por toda a vida. Se você pará-los, é provável que tenha outro ataque de gota.

Antes de começar, você pode pensar no quanto sua gota o incomoda, na frequência com que você tem ataques e se está preparado para continuar tomando comprimidos todos os dias.

Existem vários medicamentos diferentes para baixar o urato. Como todos os medicamentos, eles podem causar efeitos colaterais em algumas pessoas. Seu médico deve explicar cuidadosamente como você deve tomar esses medicamentos e quais efeitos colaterais eles podem causar.

Informe o seu médico se tiver efeitos colaterais. Se um medicamento causar problemas, você poderá mudar para outro.

O que vai acontecer comigo?

Seu ataque de gota deve desaparecer em cerca de 10 dias. Algumas pessoas têm apenas um ataque de gota em suas vidas. Mas a maioria das pessoas que tiveram um ataque recebe mais.

Algumas pessoas têm ataques frequentes de gota. Isso às vezes é chamado de artrite gotosa crônica. Não é muito comum. Os sintomas são os mesmos da gota normal, mas você os tem com mais frequência. Se você tiver ataques frequentes de gota, os cristais de urato podem danificar suas articulações. Isso faz com que se sintam rígidos.

Informações do paciente da *BMJ Best Practice* de onde esta ficha é derivada e atualizada regularmente. A versão mais recente do Best Practice pode ser encontrada em bestpractice.bmj.com. Esta informação destina-se a uso por profissionais de saúde. Ela não substitui orientações médicas. É fortemente recomendado que você verifique, de maneira independente, as informações contidas neste material e, caso você tenha algum problema de saúde, consulte seu médico.

Consulte os termos de uso completos da BMJ em: bmj.com/company/legal-information. A BMJ não faz nenhuma declaração, condição, justificativa ou garantia, de maneira expressa ou implícita, de que este material é preciso, completo, atualizado ou adequado para quaisquer fins específicos.

© BMJ Publishing Group Ltd 2025. Todos os direitos reservados.

