

IPERURICEMIA E GOTTA



I tuoi valori a portata di mano



LA PATOLOGIA



La gotta è una malattia del metabolismo caratterizzata dalla presenza di elevata uricemia o iperuricemia, cioè di elevati livelli di acido urico nel sangue. Questa condizione comporta l'accumulo di acido urico in vari organi e tessuti dell'organismo. L'iperuricemia è un parametro di dismetabolismo che si aggiunge agli altri presenti della sindrome metabolica, come il profilo lipidico e la glicemia.

Infatti, la gotta è frequente in soggetti che hanno la sindrome metabolica e con insufficienza renale cronica e colpisce soprattutto i soggetti maschi in età matura e avanzata.

I sintomi acuti principali sono a carico delle articolazioni. Infatti, la persistenza di alte concentrazioni di acido urico nel liquido sinoviale delle articolazioni stesse si manifesta con una crisi dolorosa acuta, caratterizzata da infiammazione anche molto intensa a livello di singole articolazioni, come ad esempio l'alluce, ma anche il ginocchio, la caviglia, il polso e la mano.

Nei soggetti anziani, il dolore può essere meno violento, rispetto a quello tipico della gotta acuta e può esserci l'interessamento di più articolazioni anziché di una sola.

In molti paesi, tra cui l'Italia, a causa della

diffusione di una alimentazione ricca di grassi e proteine, il riscontro di uricemia elevata o iperuricemia (con valore maggiore di 7 mg/dl) è divenuto piuttosto frequente, con un aumento della prevalenza anche nelle donne, soprattutto con l'aumentare dell'età.

CONSIGLI ALIMENTARI



Per prevenire l'insorgenza della gotta, è utile seguire una dieta appropriata, limitando l'apporto proteico ad un grammo di proteine al giorno per chilogrammo di peso corporeo e riducendo in modo drastico i grassi alimentari. L'iperuricemia è spesso associata al consumo di alimenti con una elevata concentrazione di basi puriniche (precursori dell'acido urico) quali carni e pesci grassi, frattaglie, salumi, crostacei e birra che vanno quindi ridotti notevolmente in presenza di questa condizione patologica. È anche consigliabile bere abbondantemente al fine di assicurare una buona eliminazione urinaria e limitare l'impiego di farmaci diuretici, se non strettamente necessari che, aumentando l'escrezione di acido urico, possono favorire la formazione di calcoli renali.

Cosa fare e cosa non fare



L'acido urico nel sangue si può misurare facilmente anche su sangue capillare e quindi mediante una semplice determinazione effettuabile anche in farmacia.

Vari farmaci sono in grado di determinare un aumento dell'uricemia. Tra questi vi sono i diuretici, largamente utilizzati come antipertensivi, anche negli anziani, e l'aspirina a basse dosi, utilizzata come antiaggregante.

Tra i farmaci utilizzati meno frequentemente, vi è la ciclosporina, utilizzata come farmaco immunosoppressore.



LO SAPEVI
CHE...

Nei tempi antichi la gotta era considerata una malattia tipica dei ricchi, dato che solo essi potevano concedersi il lusso di abbondanti piatti a base di carne o pesce, variamente conditi e, quindi, ad elevato contenuto di grassi e proteine. La parola "gotta" deriva da goccia. Anticamente, infatti, si pensava che fosse dovuta a gocce di veleno che, filtrando dal sangue, si depositavano nei piedi.