

# Haga algo para controlar la gota

## Conversación entre usted y el médico sobre la gota

La gota es una enfermedad de por vida una vez diagnosticada. Es importante que evalúe el tratamiento y los cambios en su estilo de vida con sus profesionales de la salud.

Aquí encontrará algunas preguntas que quizás le sean de utilidad. Asegúrese de “Hacer algo para controlar la gota” entendiendo qué es y cómo tratarla. Puede trabajar con su profesional de la salud de varias maneras para controlar los síntomas, y así ayudar a reducir los brotes.

Al mantener controlada la enfermedad, puede evitar futuros ataques y daños de largo plazo en las articulaciones.

### Preguntas que puede hacer

1. ¿Tengo realmente gota?
  - a. ¿Cómo llegaron al diagnóstico?
2. ¿Cuál es ahora mi nivel de ácido úrico?
3. ¿Cuál debería ser mi nivel ideal de ácido úrico?
4. ¿Necesitaré tomar medicamentos para bajar mi nivel de ácido úrico?
  - a. ¿Cuál es la medicación más apropiada para mí?
  - b. ¿Cuál será la dosis?
  - c. ¿Cuántas veces por día tendré que tomarla?
  - d. ¿Qué hago si me olvido de tomar una dosis?
  - e. ¿Qué hago si accidentalmente me excedo de la dosis?
  - f. ¿Por cuánto tiempo necesitaré tomar esta medicación?
  - g. ¿Cada cuánto tiempo debería controlar mi nivel de ácido úrico?

- h. ¿Hay efectos colaterales al inicio del tratamiento? ¿Hay efectos en el largo plazo?
  - i. ¿Puede haber interacciones farmacológicas con los demás medicamentos que estoy tomando?
  - j. ¿Qué sucede cuando llego al nivel de ácido úrico deseado?
5. ¿Y en relación a los medicamentos para el dolor...?
    - a. ¿Cuál es la medicación más apropiada para mí??
    - b. ¿Son estos medicamentos de venta sin receta o con receta médica?
    - c. ¿Cuánto puedo tomar y con qué frecuencia?
    - d. ¿Hay algún efecto colateral?
    - e. ¿Qué sucede si estoy tomando la cantidad máxima y el dolor aún persiste?
    - f. ¿Puede haber interacciones farmacológicas con los demás medicamentos que estoy tomando?
  6. ¿Hay cambios o restricciones en cuanto a mi alimentación?
  7. ¿Hay restricciones en cuanto a las bebidas que consumo?
  8. ¿Debería hacer ejercicio? ¿Con qué frecuencia?
  9. ¿Es necesario que baje de peso?
  10. ¿Qué debería hacer si tengo otro ataque?

### Preguntas que quizás le hagan

1. ¿Cuándo y en qué parte de su cuerpo comenzó el dolor intenso?
  - a. ¿Cuánto tiempo duró el dolor?
  - b. Mida su dolor de acuerdo a una escala del 1 al 10.
2. ¿Ha tenido episodios de dolor como este anteriormente?
  - a. Si su respuesta es sí, ¿cuándo y en qué parte del cuerpo?
3. ¿Hubo algo que podría haber desencadenado el dolor, como un traumatismo en la articulación o comer ciertos alimentos o beber en exceso?
4. ¿Tiene idea si hay antecedentes de gota entre sus familiares consanguíneos?
5. ¿Con qué frecuencia bebe alcohol? ¿Cuánto y qué tipo de bebida ingiere cada vez que bebe?
6. ¿Cómo describiría su alimentación actual?
7. ¿Realiza actualmente actividad física? Si su respuesta es sí, ¿con qué frecuencia?
8. ¿Tiene alguna otra enfermedad? ¿Está usted en tratamiento por ella?
9. ¿Qué medicamentos toma? (Quizás sea conveniente que los lleve a la cita médica.)
10. ¿Tiene alguna pregunta acerca del tratamiento o el diagnóstico que no hayamos conversado?

**Si desea más información, consulte con su médico o visite [GoutEducation.org](http://GoutEducation.org).**

