



PRINCIPAIS FATORES DE RISCO PARA O DESENVOLVIMENTO DE GOTA

THIFFISSON RIBEIRO DE SOUZA; VITTORIA TEIXEIRA FOGOLIN; FRANCIANE MARA REZENDE FERREIRA; ANA CAROLINA DA PONTE CERVO

Introdução: A gota é uma forma comum e complexa de artrite que pode afetar qualquer pessoa. Caracteriza-se por ataques repentinos e graves de dor, inchaço, vermelhidão e sensibilidade nas articulações, frequentemente na base do dedo grande do pé.. **Objetivo:** Indicar os principais fatores de risco para desenvolvimento de gota. **Metodologia:** Trata-se de uma revisão narrativa de literatura que reuniu artigos publicados nos últimos 5 anos em inglês na PUBMED. Utilizou-se o descritor "gout", onde apenas 25 dos 3169 artigos encontrados foram utilizados. **Resultados:** A dieta é um fator significativo. Uma dieta rica em carne vermelha, frutos do mar e bebidas adoçadas com açúcar, especialmente aquelas com frutose, pode aumentar os níveis de ácido úrico no sangue, promovendo a formação de cristais que causam a gota. Bebidas alcoólicas, especialmente cerveja, também são conhecidas por elevar o risco. A obesidade também desempenha um papel importante, pois o excesso de peso corporal aumenta a produção de ácido úrico e diminui a capacidade dos rins de eliminá-lo, elevando o risco de gota. Certas condições médicas, como hipertensão não tratada, diabetes, síndrome metabólica, doenças cardíacas e renais, aumentam a probabilidade de desenvolvimento de gota. Medicamentos específicos, como diuréticos tiazídicos usados para tratar hipertensão e baixas doses de aspirina, podem aumentar os níveis de ácido úrico. Outros medicamentos, como os imunossupressores usados após transplantes de órgãos, também são fatores de risco. O histórico familiar também é relevante. A gota tende a ser hereditária. Se outros membros da família tiveram a doença, é mais provável que você também a desenvolva. Além disso, a idade e o sexo influenciam no risco. A gota é mais comum em homens do que em mulheres, principalmente porque os níveis de ácido úrico são naturalmente mais baixos nas mulheres. Após a menopausa, no entanto, os níveis de ácido úrico das mulheres se aproximam dos dos homens, aumentando o risco de gota. Traumas ou cirurgias recentes podem desencadear um ataque de gota, pois podem aumentar temporariamente os níveis de ácido úrico no sangue. **Conclusão:** Gota é causada principalmente por dieta inadequada, obesidade, certas doenças, medicamentos, histórico familiar, sexo, idade, traumas ou cirurgias.

Palavras-chave: ácido úrico, Gota, Artrite gotosa, Obesidade, Dieta.