

# Respuesta a sus preguntas sobre la gota

## la gota y las comunidades hispanas



La perspectiva de **PALOMA ALEJANDRO-SILVA, MD**

### ¿Qué tan común es la gota en los hispanos?

Diría que en las comunidades hispanas la gota es más común de lo que imaginamos. Tengo la certeza de que, al menos en Puerto Rico, la gota afecta a más del 3 % de la población. Veo que aquí la enfermedad afecta de forma desproporcionada a pacientes jóvenes, personas de entre 20 y 40 años. Sin embargo, se han realizado pocos (o ninguno) estudios importantes sobre la gota y las comunidades hispanas. Hace falta más investigación, lo que podría ayudarnos a mejorar los resultados de los pacientes hispanos con gota.

### ¿Qué características tienen en común sus pacientes?

Hay dos cosas en común que presentan mis pacientes hispanos con gota que me preocupan: la falta de visitas al consultorio y la falta de cumplimiento del tratamiento con medicamentos. Algunos de mis pacientes no me consultan con la frecuencia que deberían. Cuando se presentan a las citas, a menudo me dicen que no han tomado los medicamentos según las indicaciones. Para apoyar a mis pacientes, siempre los invito a hacer preguntas y les recomiendo tomarse la gota en serio mediante un tratamiento proactivo de la enfermedad.

### ¿Qué conceptos erróneos sobre la gota observa en las comunidades hispanas?

A menudo mis pacientes creen que la gota no es una enfermedad crónica. Eso no es cierto. Muchos pacientes tienen un ataque de gota, obtienen los medicamentos que les brindan alivio a corto plazo y luego dejan de buscar tratamiento porque creen que el problema se solucionó. Esto hace que sean propensos a sufrir brotes más frecuentes y más graves.

### ¿A qué factores ambientales únicos se enfrentan las comunidades hispanas?

Los pacientes hispanos deben tener en cuenta la importancia de la alimentación. Los hispanos suelen tener una alimentación rica en alimentos grasos y con altos niveles de fructosa. Estos alimentos provocan brotes de gota. En Puerto Rico, el consumo de alcohol también es más habitual. El alcohol es un factor importante en el desarrollo de la gota y en la aparición de brotes de gota. Como Puerto Rico es una comunidad insular, los alimentos más saludables suelen ser más caros, por lo que también hay problemas de acceso relacionados con la alimentación. Aunque la alimentación no es el único

factor, comer alimentos saludables y evitar los factores desencadenantes pueden ayudar a controlar la gota.

### ¿Qué obstáculos relacionados con el tratamiento afrontan las comunidades hispanas?

Muchos pacientes buscan tratamientos para la gota a corto plazo cuando se presentan en la sala de emergencias o cuando consultan con proveedores de atención primaria. De cualquier manera, los pacientes no suelen tratar las causas subyacentes de la gota. Para recibir un tratamiento adecuado es necesario que los proveedores reconozcan los síntomas de los pacientes como indicadores de gota. Eso no siempre sucede, sobre todo en las primeras visitas. La interpretación errónea de los síntomas puede retrasar el acceso de los pacientes a especialistas y prolongar su dolor. Los pacientes no deben tener miedo de imponerse o de pedir una segunda opinión si la necesitan. El tratamiento también puede retrasarse por cuestiones relacionadas con la cobertura del seguro. Muchas aseguradoras se demoran en cubrir los tratamientos en curso para la gota. Luchar para obtener cobertura puede parecerse a nadar contra la corriente, aunque seguimos trabajando para facilitar el acceso.

### ¿Qué se puede hacer para eliminar estos obstáculos?

Podemos desarrollar iniciativas educativas orientadas a los pacientes y a los proveedores de servicios de urgencias y de atención primaria. Si se ayuda a estos grupos a comprender e identificar mejor la gota, los pacientes pueden acudir a un especialista con mayor rapidez. Las aseguradoras también podrían colaborar para aliviar los dolores de los pacientes provocados por la gota mediante la ampliación de la cobertura de los medicamentos que tratan la gota como una afección crónica.

### ¿Por qué es tan importante el tratamiento adecuado de la gota?

Si los pacientes no reciben el tratamiento adecuado para la gota, pueden perder la movilidad. También pueden desarrollar otras complicaciones de salud, como enfermedad de las arterias coronarias, apoplejía o insuficiencia renal. En conjunto, estas afecciones pueden limitar de manera significativa las actividades diarias de los pacientes e incluso poner en peligro sus vidas. Para controlar la gota, los pacientes pueden hablar con sus proveedores de atención médica, tomar los medicamentos según las indicaciones y mantener una alimentación más saludable.