

Ácido úrico alto favorece doenças cardíacas

Médicos alertam que disfunção metabólica deveria ser tratada com mais atenção

MARTHA SAN JUAN FRANÇA

Ela já foi considerada uma doença de libertinos, associada a gente que gosta de comer e beber exageradamente. Havia bons motivos. Apesar de conhecida desde a Antiguidade, a gota — uma doença grave que hoje se sabe é causada pelo aumento do ácido úrico no sangue — parecia dar preferência a pessoas com peso acima da tabela e que abusavam do álcool. Mas, com o avanço da medicina e as informações sobre a química do organismo, se descobriu que o mal não é um dos muitos castigos que atormentam somente a vida dos mais gordinhos. Ele atinge 3% a 4% da população mundial, na maioria absoluta homens com mais de 40 anos.

A associação do excesso de ácido úrico com a gordura é um dos muitos mal-entendidos relacionados ao distúrbio metabólico. Diz-se também que o ácido úrico em excesso se manifesta pelo suor exagerado, uma coisa que não tem relação com o problema. Também se diz que a cortisona pode ser usada no tratamento das crises. Mas o remédio pode ser mais prejudicial do que benéfico. Há pessoas que não ligam para o aviso do ácido úrico — até ter uma crise e começar a frequentar o consultório médico.

Os médicos alertam que o excesso do ácido úrico deveria ser tratado com mais atenção. Se não fosse pelas dores e inflamações nas juntas, pela sua associação com o aumento do colesterol, diabetes e pressão arterial alta — fatores que hoje, todo mundo sabe, podem resultar em complicações cardíacas. O excesso de ácido úrico, em geral, é resultado de um distúrbio de origem genética na síntese de purinas — substância fabricada pelo próprio organismo ou ingerida através dos alimentos. Menos frequentemente, pode estar relacionado a alguma doença, como insuficiência renal, ou ingestão de diuréticos e aspirina.

O nível normal de ácido úrico é de 7 mg por decilitro de sangue em homens e 6 mg/dl em mulheres. "Em mulheres, a retenção da substância é mais rara e só acontece depois da menopausa, por causa da perda de proteção hormonal", explica o reumatologista Isídio Calich, do Hospital das Clínicas. "Por sua vez, o obeso forma mais compostos purínicos e, conseqüentemente, mais ácido úrico." Cerca de 90% do ácido úrico é eliminado pelos rins. O reumatologista José Goldemberg, da Universidade Federal de São Paulo (antiga Escola Paulista de Medicina), compara esses órgãos a uma peneira: "A superoferta de ácido úrico pode entupir suas estruturas", observa. O resultado é uma retenção renal de mais de 90% da substância, que vai se manifestar no sangue.

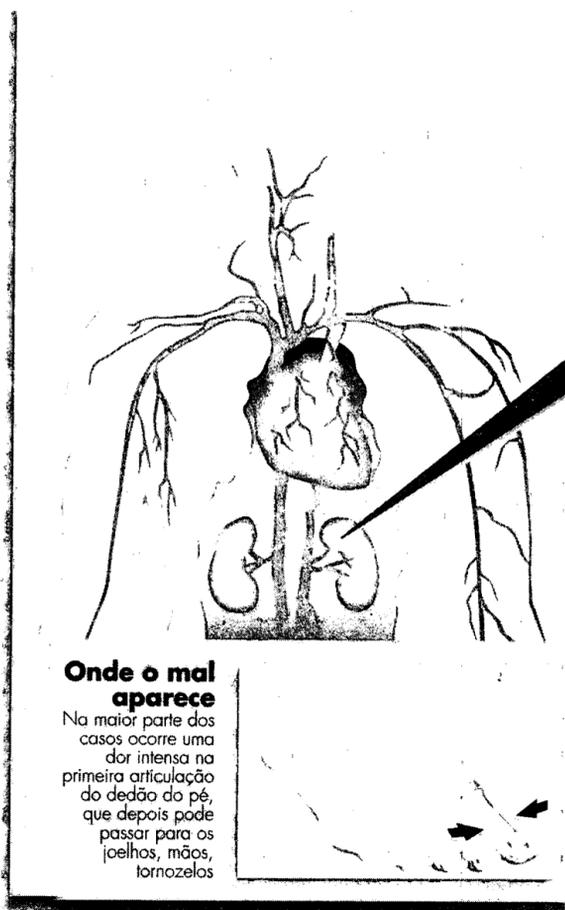
Quando o volume do ácido úrico passa de 10 mg/dl, por incapacidade do organismo em metabolizá-lo ou dos rins em colocá-lo para fora, via urina, abre-se a guarda para o aparecimento dos distúrbios. Em alguns casos, o ácido úrico se precipita nas articulações sob a forma de microcristais de urato de sódio, dando início à inflamação e às crises de gota. Em outros, ele é responsável pelos cálculos renais, que obstruem a passagem de urina do rim para a bexiga.

Dedão vermelho — Quem tem crises de gota não esquece das dores intensas. O problema geralmente ocorre à noite, atingindo primeiro a articulação do dedão do pé, que rapidamente fica vermelho e inchado. "Muitas vezes, o indivíduo se deita bem, sem problemas, e acorda gritando", afirma o reumatologista José Knoplich, autor do livro *O Que Você Deve Saber Sobre o Reumatismo*. "Até o contato com as cobertas é um sofrimento que pode durar vários dias." Além disso, o doente apresenta febre, indisposição geral, perda de apetite. E o problema, se não for tratado, pode se estender a outras juntas do corpo — principalmente pés e tornozelos. Para completar, na fase crônica as articulações já foram atingidas e aparecem pequenas bolinhas, que constituem os tofos, ou depósitos de ácido úrico, que aparecem nas orelhas.

O consultor da seção de Saúde do "Estado" é o cardiologista Wagner Ibrahim do Instituto do Coração

ALTOS E BAIXOS DA GOTA

A gota é uma doença de origem genética que se manifesta subitamente mediante uma dor intensa na articulação. Ela é provocada pelo aumento de ácido úrico no sangue por causa do excesso de purina e/ou menor excreção renal de ácido úrico



Onde o mal aparece

Na maior parte dos casos ocorre uma dor intensa na primeira articulação do dedão do pé, que depois pode passar para os joelhos, mãos, tornozelos

A instalação do problema

A alimentação e o próprio organismo representam as fontes de purina. O produto é metabolizado dando origem ao ácido úrico. Cerca de 90% da substância é eliminada pelos rins. Quando isso não acontece ou quando a purina é fabricada em excesso, pode ocorrer a crise

O exame do sangue

Ao examinar o sangue de pessoas portadoras de gota, nota-se uma quantidade muito elevada de ácido úrico, que forma até cristais

O aviso dos rins

Principal órgão do sistema urinário, o rim tem a finalidade de purificar o organismo, mantendo a composição do sangue inalterada. Quando a sua capacidade de filtragem é afetada, o sangue sofre as conseqüências

Toda pessoa com gota pode ter problemas associados, como aumento de colesterol, diabetes e pressão arterial alta

Verdade

Os médicos não sabem o motivo, mas o elevado nível de ácido úrico geralmente vem acompanhado desses problemas. A soma desses fatores de risco pode levar ao desenvolvimento de doenças coronarianas

A gota pode ser controlada.

Verdade

As crises da doença podem ser controladas com tratamento, desde que permanente. A doença é crônica e não tem cura. Sua evolução pode ser lenta, tendo períodos de calma e período agudos. Sempre existe, associado ao primeiro ataque, um episódio excepcional: uma infecção orgânica forte, uma batida na junta, ingestão de alimentos ou medicamentos, etc.

Verdades e mentiras sobre a doença

1

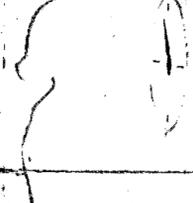


Pessoas que suam muito ou são coradas têm excesso de ácido úrico

Mentira

A sudorese não tem relação com o ácido úrico, mas com o estímulos que o sistema nervoso central envia às glândulas sudoríparas

5



Uma boa dieta para emagrecer, acompanhada de chás, resolve o problema do excesso de ácido úrico

Mentira

O emagrecimento rápido pode ser prejudicial, pois provoca aumento do ácido úrico. Chás e ervas não têm efeito no tratamento, mas a ingestão de líquidos facilita a eliminação de ácido úrico pela urina

2



As crises de ácido úrico são mais frequentes em homens que em mulheres

Verdade

A gota ocorre em homens com mais de 40 anos em 95% dos casos. Nas mulheres, ela só ocorre depois da menopausa. Acredita-se que fatores hormonais sirvam de proteção contra o excesso de ácido úrico

6



A gota ataca, geralmente, as pessoas gordas

Verdade

O abeso forma mais compostos purínicos e conseqüentemente mais ácido úrico. Talvez por isso, a doença tenha sido chamada de mal dos gulosos. O problema é que eles costumam comer mais alimentos ricos em purina, como frutos do mar, extrato de carnes, fermentados e vísceras de animais

Hugo Carnevalli/ArifEstado