

OSTEOPOROSIS



La osteoporosis es una enfermedad que incrementa la fragilidad del hueso y ante mínimos traumatismos aumenta el riesgo de fractura. En España , tras la menopausia, una de cada cuatro mujeres la padecerá y, de estas ,una de cada tres sufrirá una fractura (siendo las más frecuentes las de cadera, vértebras y muñeca) con consecuencias no sólo en la calidad de vida sino también en la autonomía de la paciente repercutiendo en su entorno familiar.

Es una enfermedad silente, ya que suele no dar síntomas hasta que aparece la fractura. El objetivo debe ser diagnosticarla antes de que esto ocurra, para tomar las medidas adecuadas, como pueden ser el tratamiento farmacológico y promover hábitos saludables. Por tanto, en toda mujer en menopausia se debe valorar el riesgo de padecer osteoporosis .

El diagnóstico se hará evaluando los factores de riesgo individual y valorando si se precisa hacer pruebas complementarias como son la densitometría ósea, analíticas de sangre o radiografías Según esto, podemos individualizar el riesgo para cada paciente según escalas y protocolos estandarizados

Algunos factores de riesgo de osteoporosis no son modificables (edad, antecedentes familiares de fractura de cadera, algunas patologías ...) pero otros si lo son (tabaco, algunos fármacos o drogas, sedentarismo, alcohol, dieta...) y a estos va dirigido el asesoramiento médico.

Link to Original article: <https://www.namunvida.es/cuidate-y-conocete/osteoporosis?elem=480164>