



# DÍA MUNDIAL DE LA OSTEOPOROSIS

20 de octubre de 2008

**B**AJO el lema 'Levántate, y habla por tus huesos' se celebra el próximo **20 de octubre, el Día Mundial de la Osteoporosis**, iniciativa que lidera la IOF (Federación Internacional de Osteoporosis) con el objeto de que esta enfermedad sea reconocida como una prioridad de salud y asegurar su temprana detección.

Los expertos recuerdan que la osteoporosis, es una enfermedad crónica y progresiva, definida por la Organización Mundial de la Salud (OMS) como, una enfermedad esquelética sistémica caracterizada por una masa ósea baja y un deterioro de la micro arquitectura del tejido óseo, con el consiguiente aumento de la fragilidad del hueso y del riesgo de padecer fracturas, y catalogándola como una de las epidemias de este siglo. Es de gran importancia socio sanitaria, ya que la osteoporosis es una enfermedad frecuente que afecta a 1 de cada 3 mujeres de entre 60 y 70 años y a 2 de cada 3 en las mayores de 80 años. Los varones se ven afectados 1 de cada 8 de los mayores de 50 años. Se calcula que en España existen más de 2 millones de mujeres mayores de 50 años que la padecen.

La osteoporosis es un problema que se puede prevenir y controlar, por una parte favoreciendo la adopción de un estilo de vida adecuado llevando una dieta saludable y una actividad física acorde con la edad y las características de cada persona. El diagnóstico se realiza con facilidad mediante una densitometría, prueba que mide la cantidad de masa ósea en el hueso. La posterior evaluación por parte del especialista, permitirá saber si esa persona debe o no, seguir tratamiento farmacológico. Por otro lado los afectados de osteoporosis deben recibir la atención apropiada para evitar la aparición de fracturas que son las que marcarán en definitiva su calidad de vida y su evolución. A pesar de ser una patología tratable, más de la tercera parte de las mujeres afectadas no sigue adecuadamente el tratamiento prescrito. Por otro lado, la enfermedad se enfrenta al grave problema del infradiagnóstico, provocado sobre todo por el desconocimiento y la despreocupación existentes hacia esta patología y su prevención.

Por esta razón la Federación Internacional de Osteoporosis lanza un proyecto de movilización dirigido a las autoridades sanitarias mundiales que se inicia precisamente el Día Mundial de la Osteoporosis. Asimismo, con motivo de la celebración de ese día y bajo la presidencia de honor de SM la Reina, el 20 de octubre se celebrará la XX Jornada Nacional de Osteoporosis que estará dirigida a los pacientes.

**Para saber más:**

<http://www.nlm.nih.gov/medlineplus/spanish/ency/article/000360.htm#Definición>

<http://www.fisterra.com/guias2/osteoporosis.asp>

<http://www.lasalud.com/pacientes/osteoporosis.htm>