

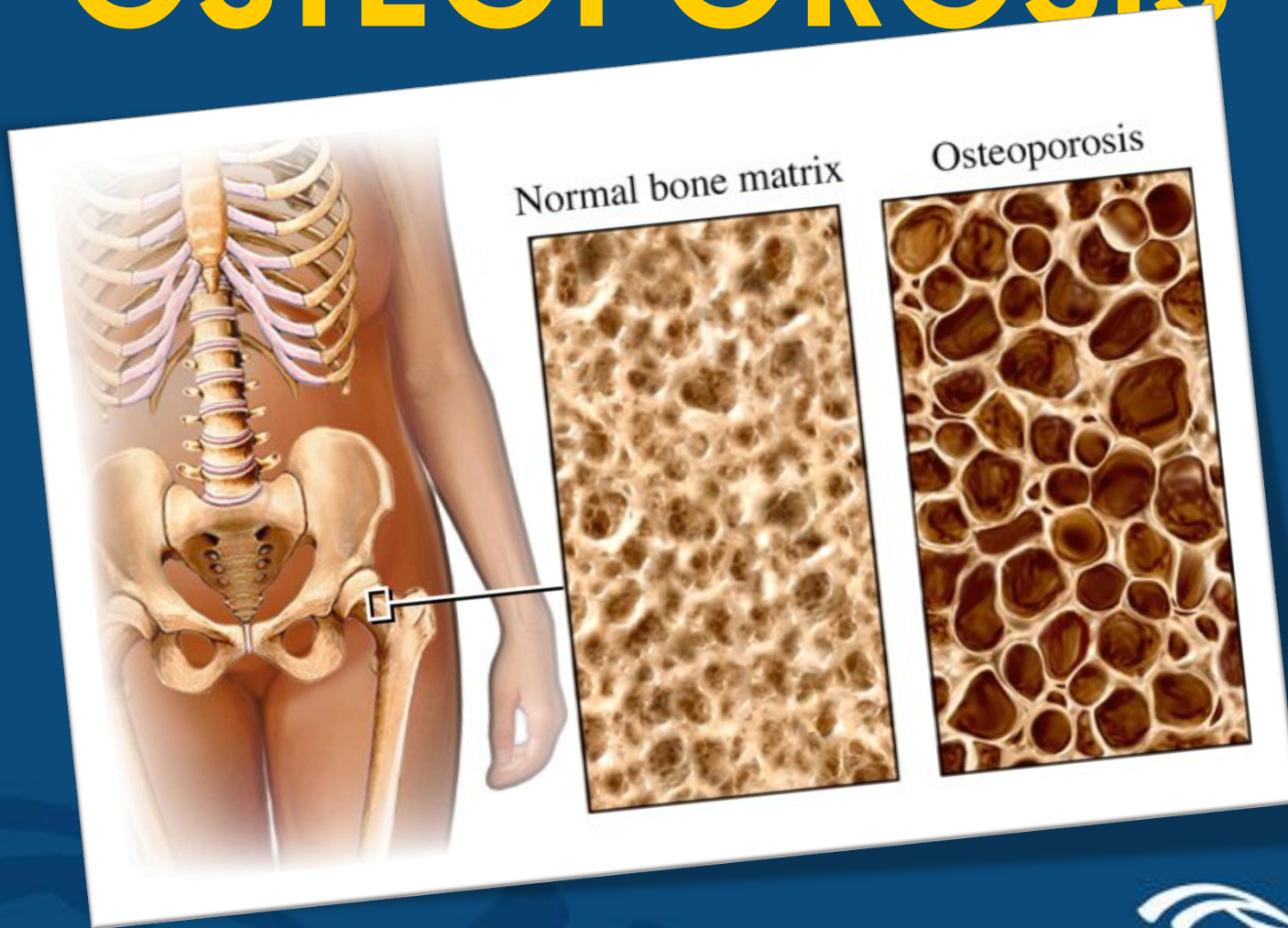


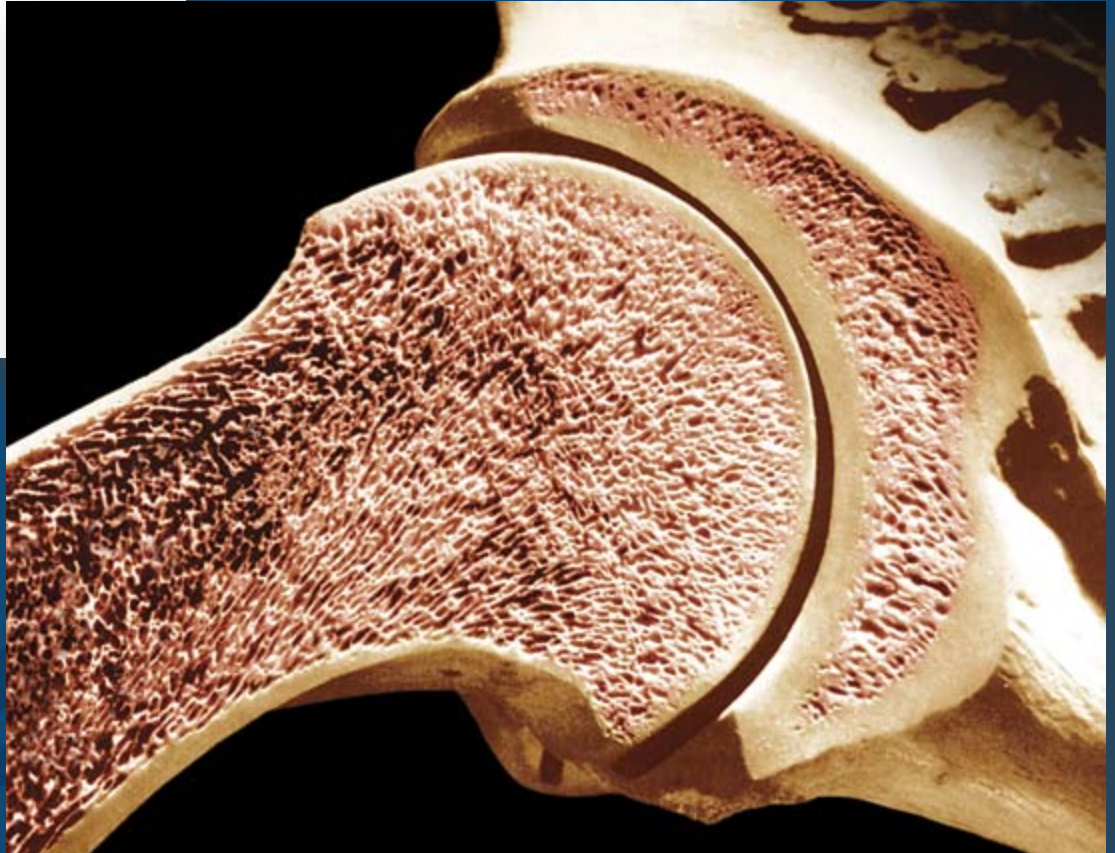
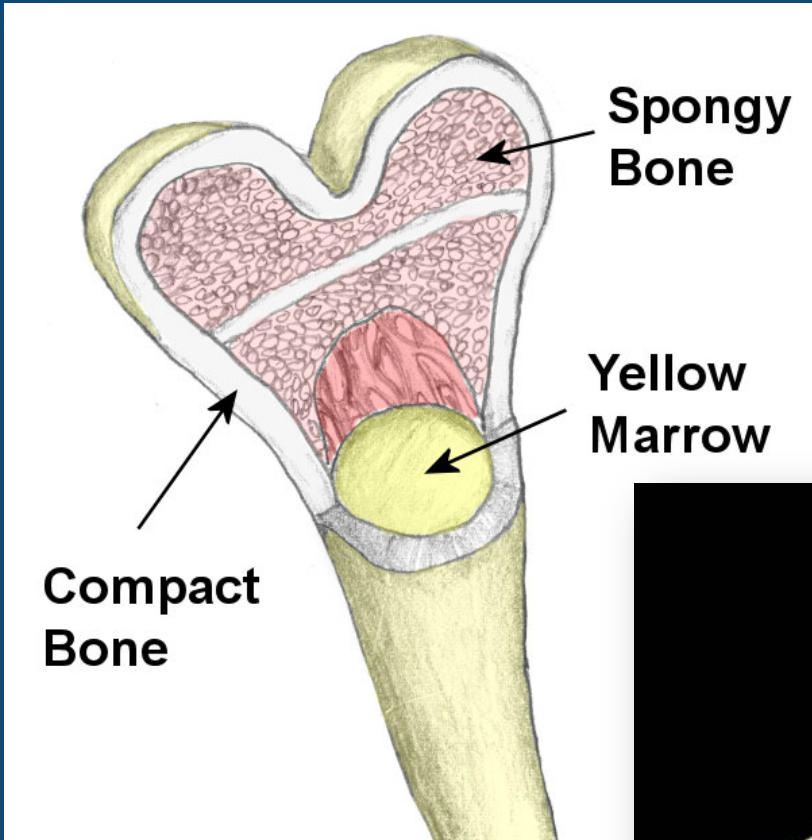
FUNDACION ARTICULAR

CIENCIA + TECNOLOGIA + SOCIEDAD

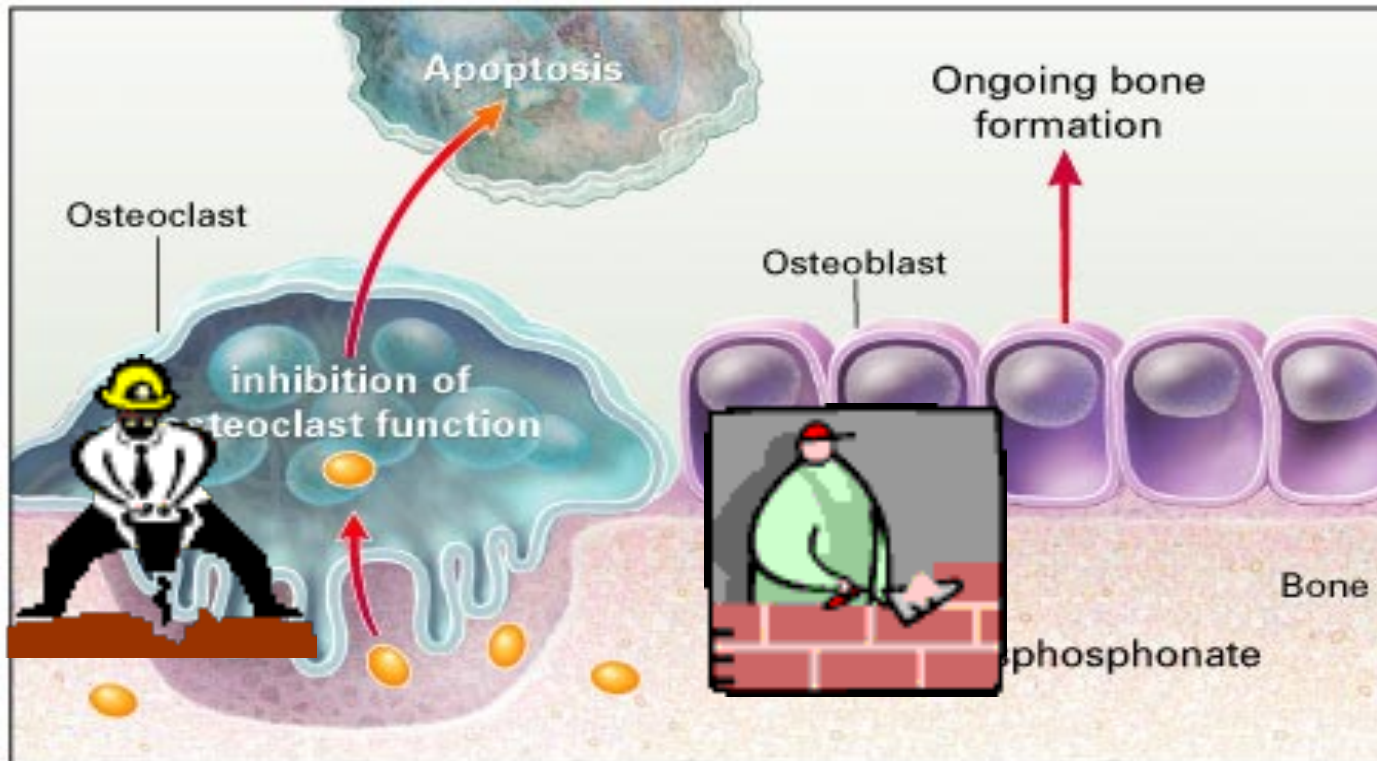


OSTEOPOROSIS

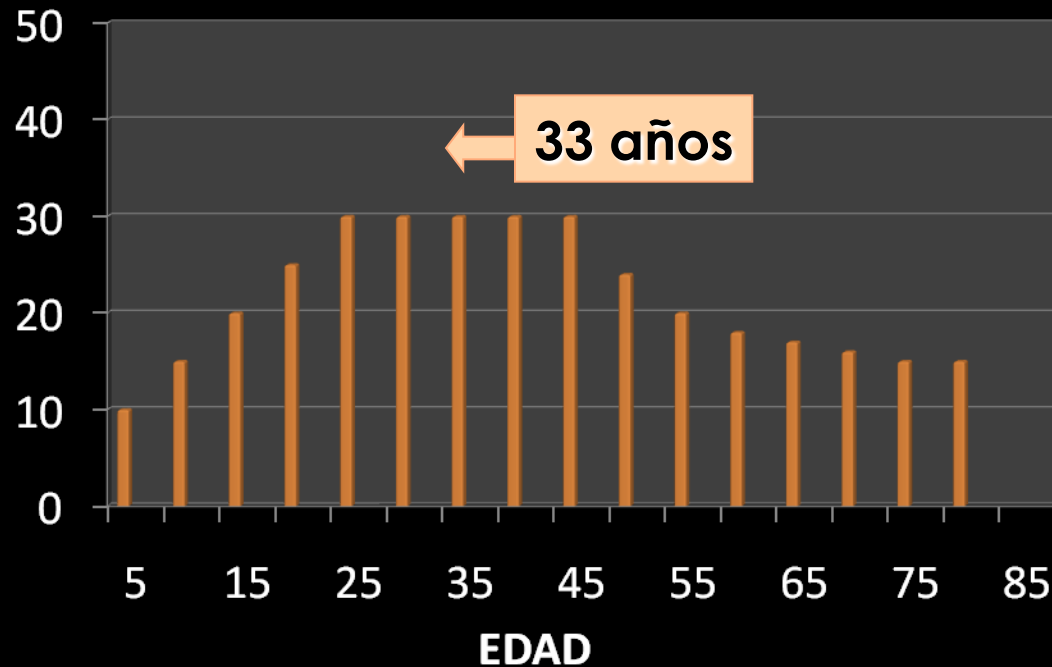




La fábrica de hueso



El hueso y la vida



OSTEOPOROSIS

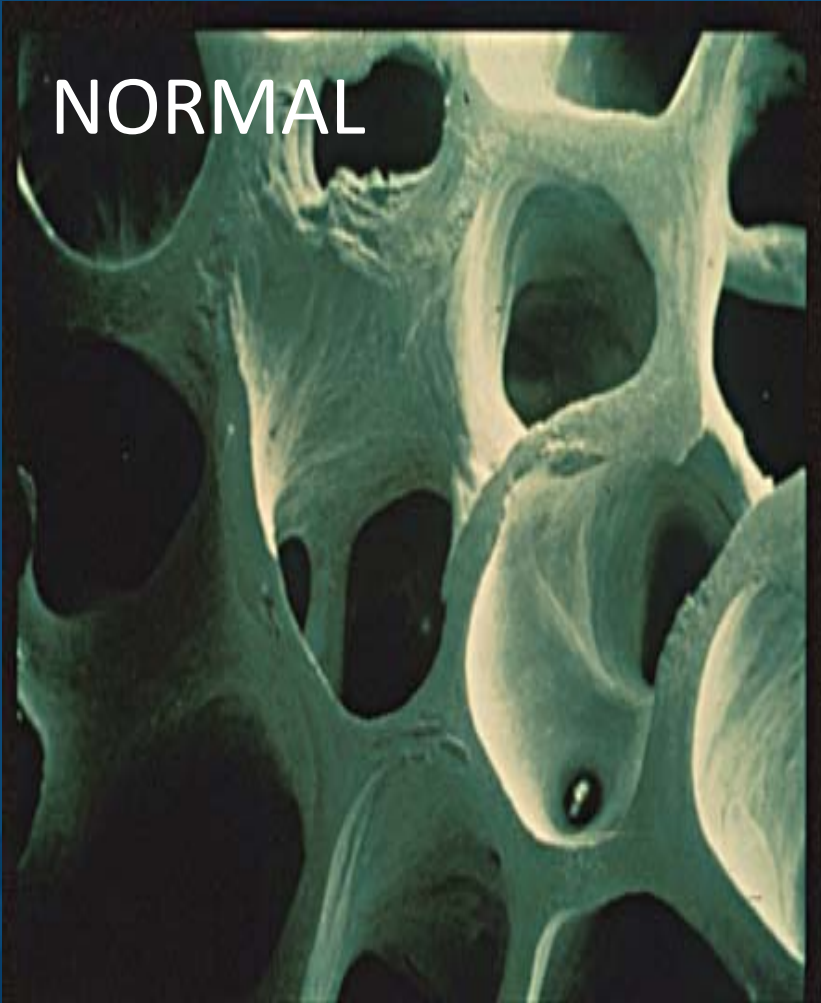
“Enfermedad esquelética sistémica caracterizada por una masa ósea baja y el deterioro microarquitectónico del tejido óseo, con un aumento subsecuente en la fragilidad del hueso y susceptibilidad al riesgo de fracturas atraumática”

NORMAL

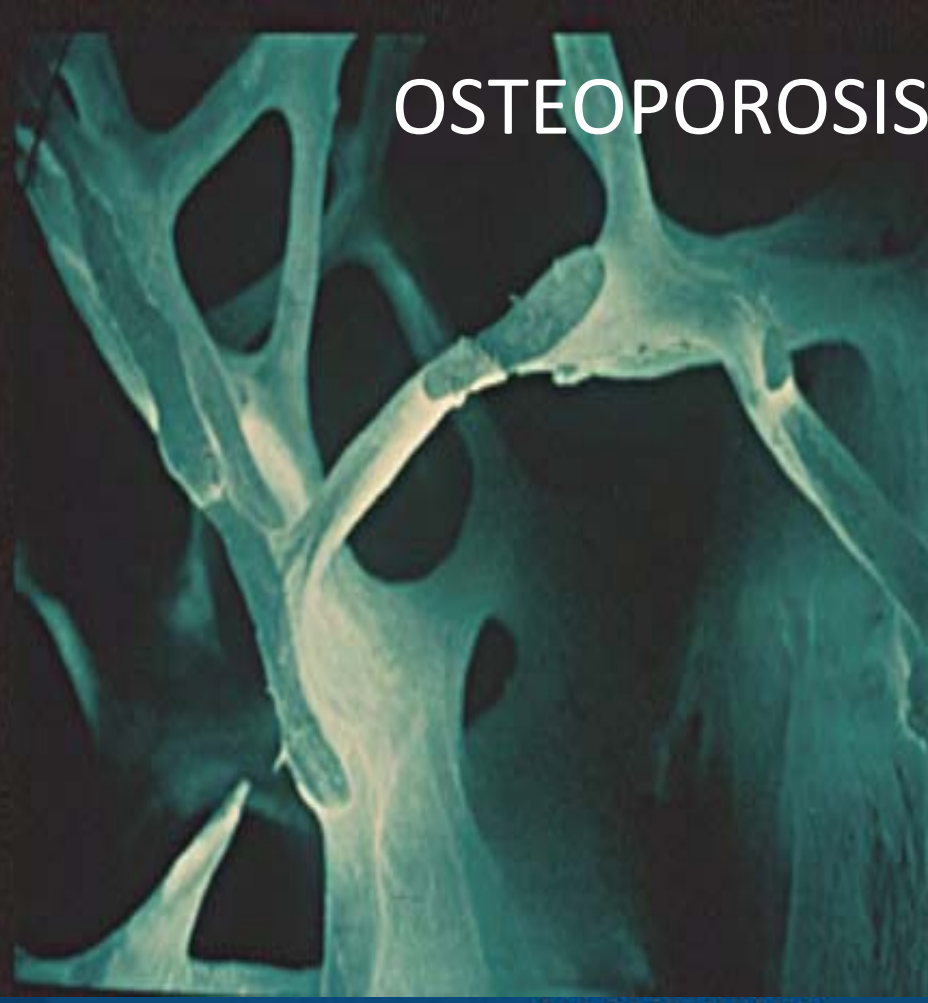
OSTEOPOROSIS



NORMAL



OSTEOPOROSIS



Osteoporosis en cifras

- 15% para las edades comprendidas entre 50 y 59 años
- Mayor al 80% para las mujeres con una edad superior a 80 años

OSTEOPOROSIS

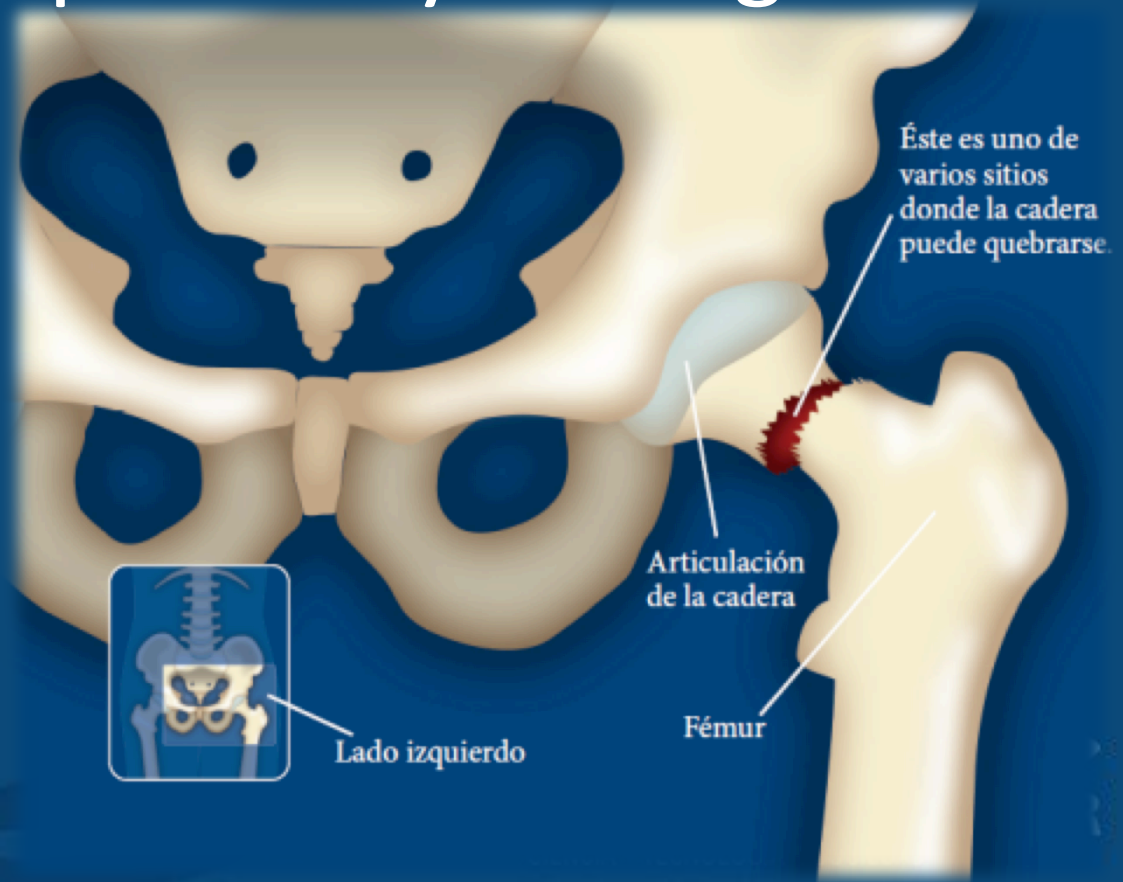
Ladrón silencioso

Sin síntomas pero mayor riesgo de fracturas:

Muñeca

Columna

Cadera



Osteoporosis: ¿enfermedad o involución?





Desde la izquierda hacia la derecha: vértebras normales, vértebras con osteoporosis leve, y vértebras con osteoporosis severa



OSTEOPOROSIS

- **Primaria**

 - Tipo I (postmenopaúsica)

 - Tipo II (senil)

- **Secundaria**

 - Se identifica una causa (además de las anteriores)

Osteoporosis secundaria

- ✓ Enfermedades glandulares
 - Ej. diabetes, hipo o hipertiroidismo
- ✓ Enfermedades de la sangre
 - Ej. leucemias, anemias, linfomas
- ✓ Medicamentos
 - Ej. corticoides, anticonvulsivos
- ✓ Enfermedades crónicas
 - Ej. artritis reumatoidea, inmovilización
- ✓ Nutricionales
 - Ej. Desnutrición, alcoholismo.

Factores de riesgo

- **Edad**

Cada 10 años se duplica el riesgo.

- **Genéticos**

Historia familiar

Femenino > masculino

Caucásicos > negros

Delgados > obesos

- **Ambientales**

Mala nutrición

Sedentarismo

Tabaco

Alcohol

- **Riesgo aumentado de caídas**

- **Enfermedades crónicas**

- **Medicamentos**

- **Hormonales y enf. crónicas**

- **Características óseas**

Densidad

Tamaño y geometría

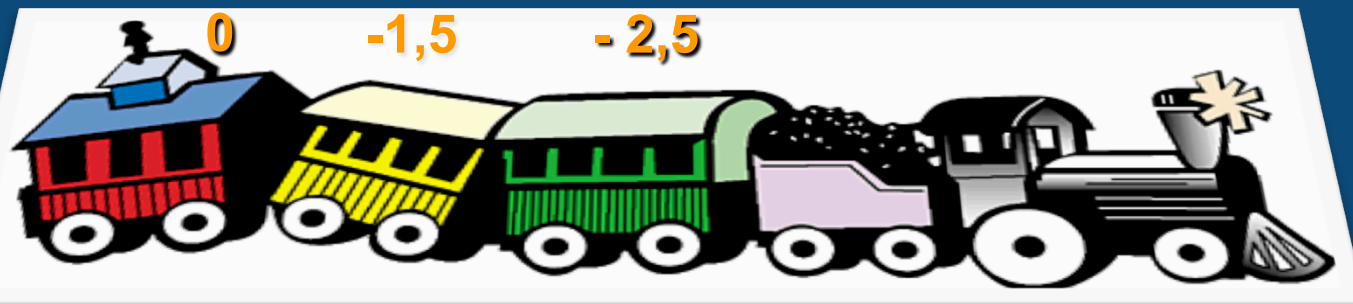
Microarquitectura

DMO y OTP = HTA y ACV

NORMAL

OSTEOPENIA

OSTEOPOROSIS (severa = + 1 fractura)



¿A QUIENES TRATAR?

- **CON FRACTURA :**

DMO NORMAL

DMO PATOLOGICA

- **SIN FRACTURA:**

DMO (osteopenia, osteoporosis)

EVALUAR OTROS FACTORES DE RIESGO

¿QUÉ LOGRAMOS CON EL TRATAMIENTO?

Disminuir aparición de fracturas
(dolor, dependencia, mortalidad)

Tratamientos



Antirresortivos



Osteoformadores

ANTIRRESORTIVOS

BIFOSFONATOS

TERAPIA HORMONAL

(ESTRÓGENOS, RALOXIFENO, TIBOLONA, ETC)

CALCITONINA



ANTIRRESORTIVOS

BIFOSFONATOS

Alendronato 70 y Risedronato 35

1 comp vez por semana

Ibandronato 150

1 comp. por mes

IV cada 2 y 3 meses

Pamidronato

IV cada 3 meses

Zoledronato

IV una vez al año



OSTEOFORMADORES



(Teriparatide; FORTEO) SC
diario

Denosumab (PROLIA) SC cada 6
meses



PREVENCIÓN

Tomar **suficiente Ca** en su dieta o mediante suplementos (aproximadamente 1000–1200 mg/por día).

Ingerir **suficiente**

Tomar sol (evitar exposición imprudente)

vit D (400–1.000 IU/por día).

No fumar.

Evite alcohol en exceso

Realice ejercicios con carga 90 min semanales y los que

Mejoren el equilibrio como el Tai Chi o el yoga

Controlar enfermedades concomitantes que aumenten el riesgo de caídas

Tener una **casa segura**



La osteoporosis
es el ladrón
silencioso
Defiéndase,
que no la roben!