

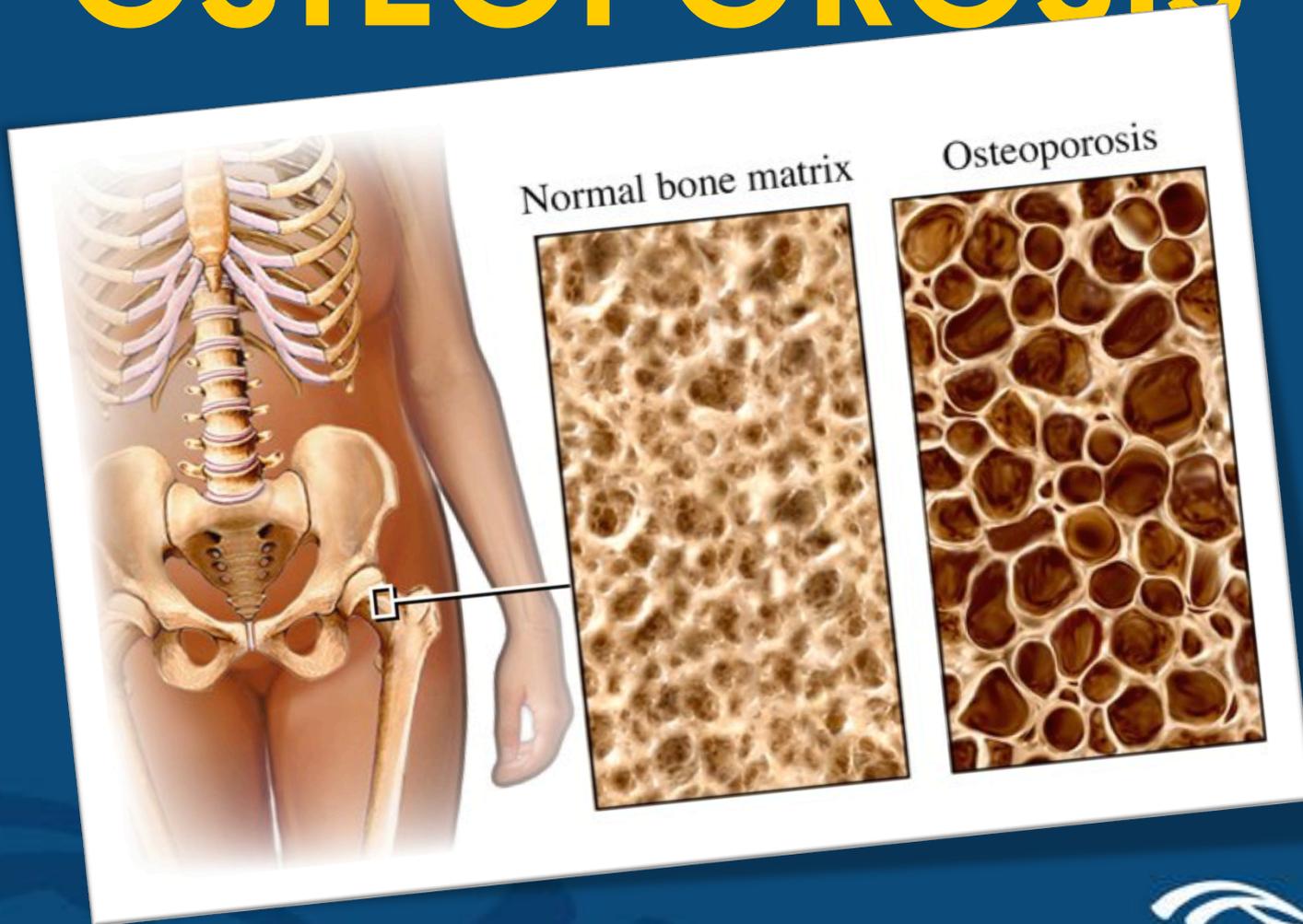


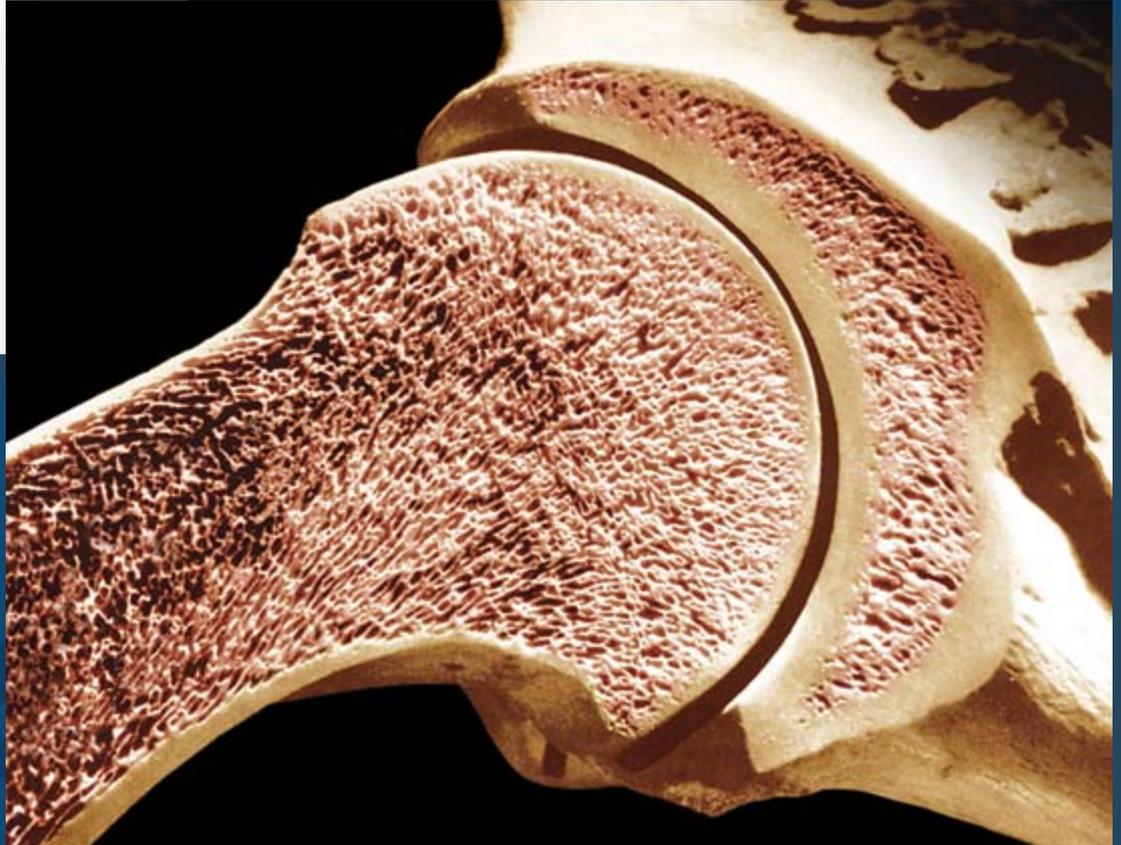
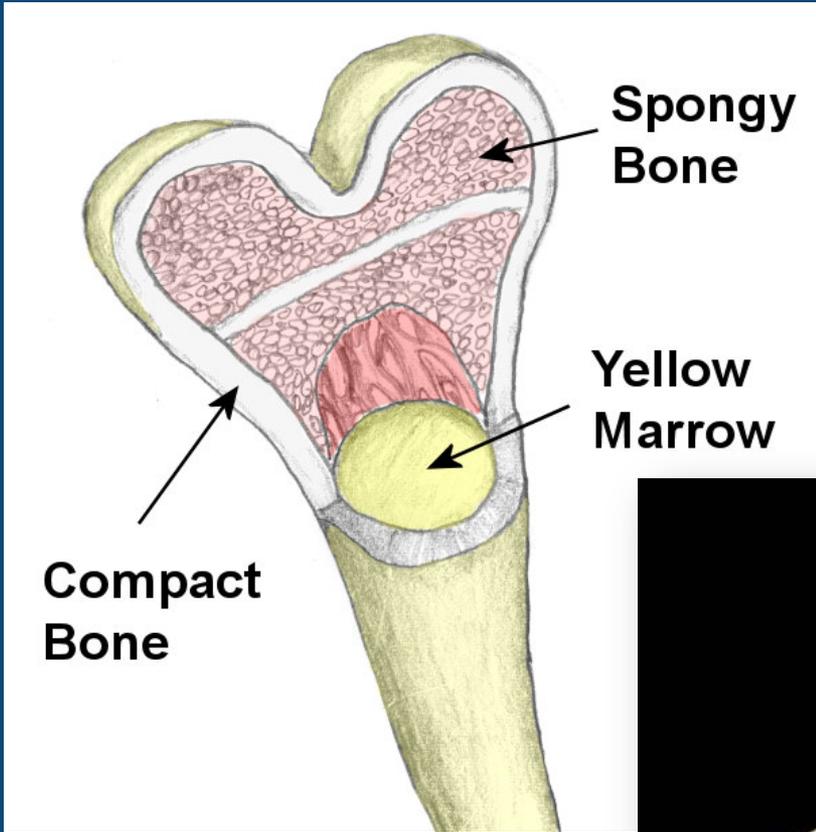
# FUNDACION ARTICULAR

CIENCIA + TECNOLOGIA + SOCIEDAD

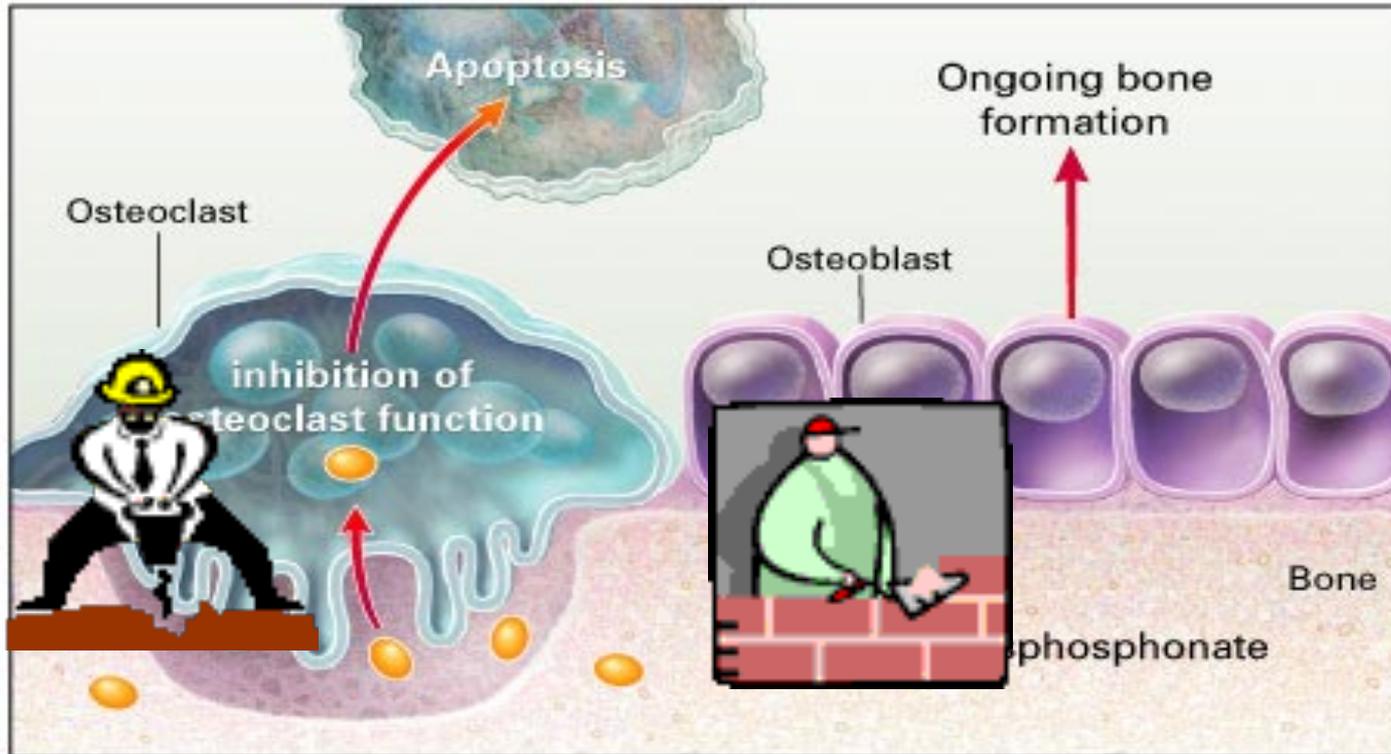


# OSTEOPOROSIS

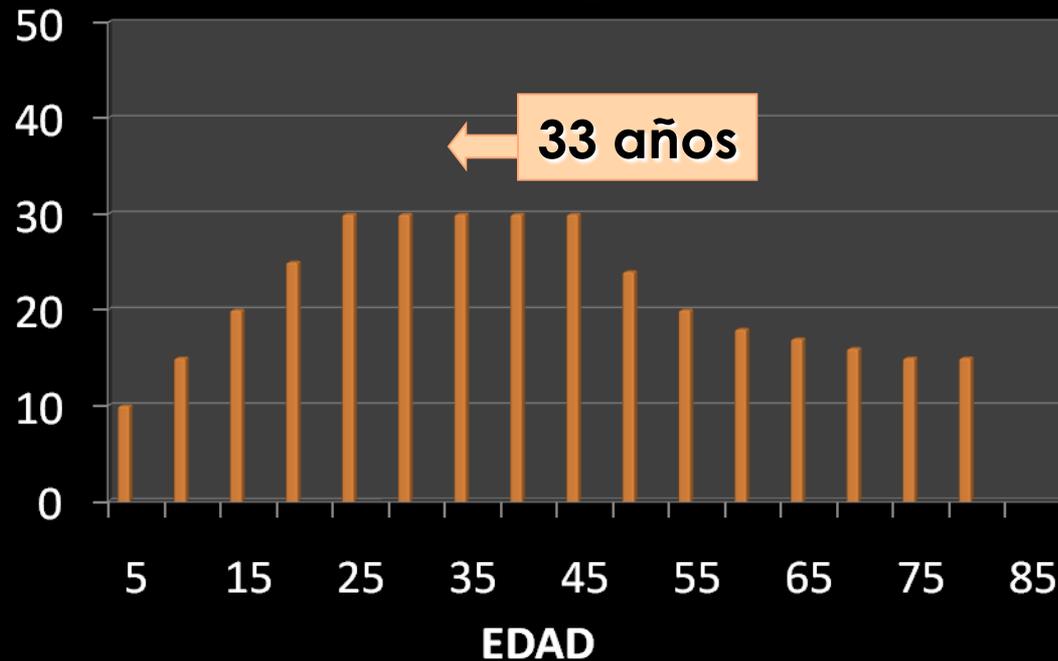




# La fábrica de hueso



# El hueso y la vida



# OSTEOPOROSIS

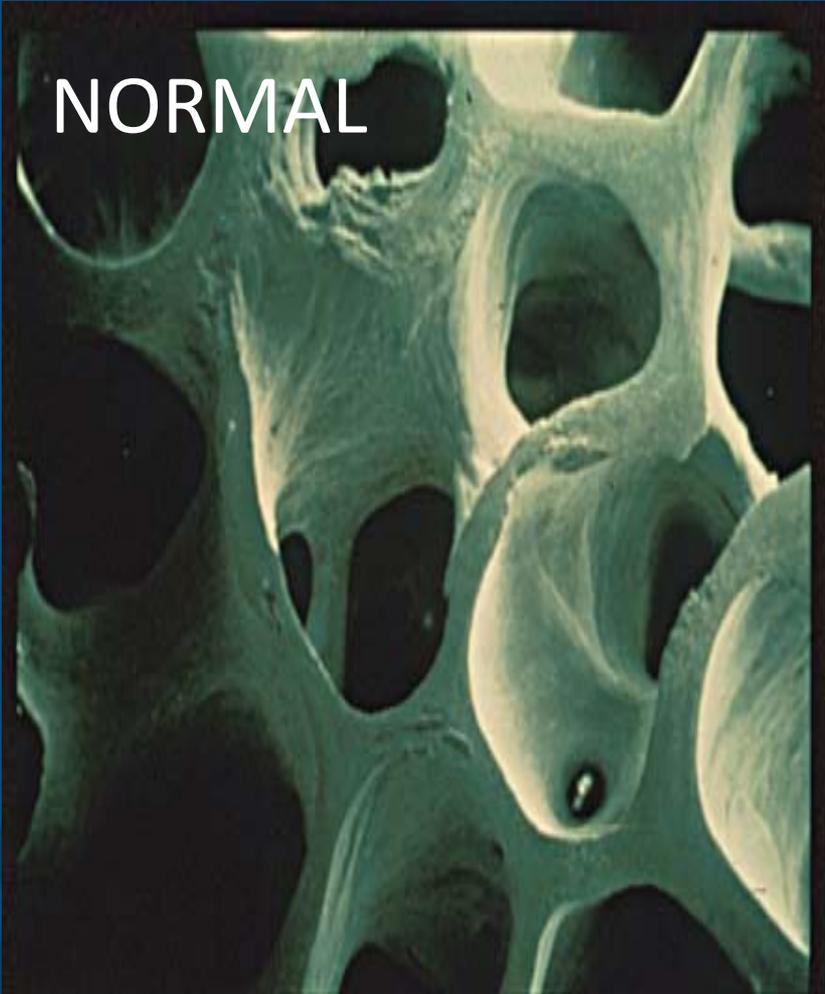
“Enfermedad esquelética sistémica caracterizada por una masa ósea baja y el deterioro microarquitectónico del tejido óseo, con un aumento subsecuente en la fragilidad del hueso y susceptibilidad al riesgo de fracturas atraumática”

NORMAL

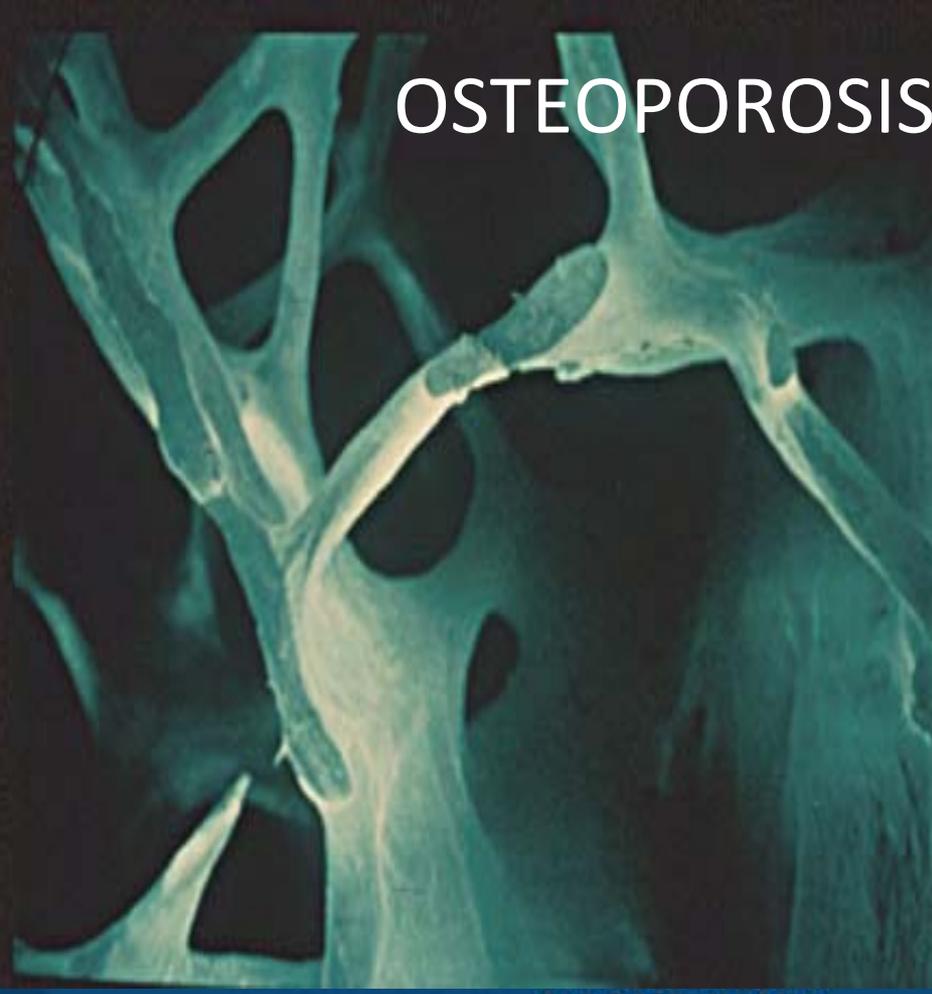
OSTEOPOROSIS



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

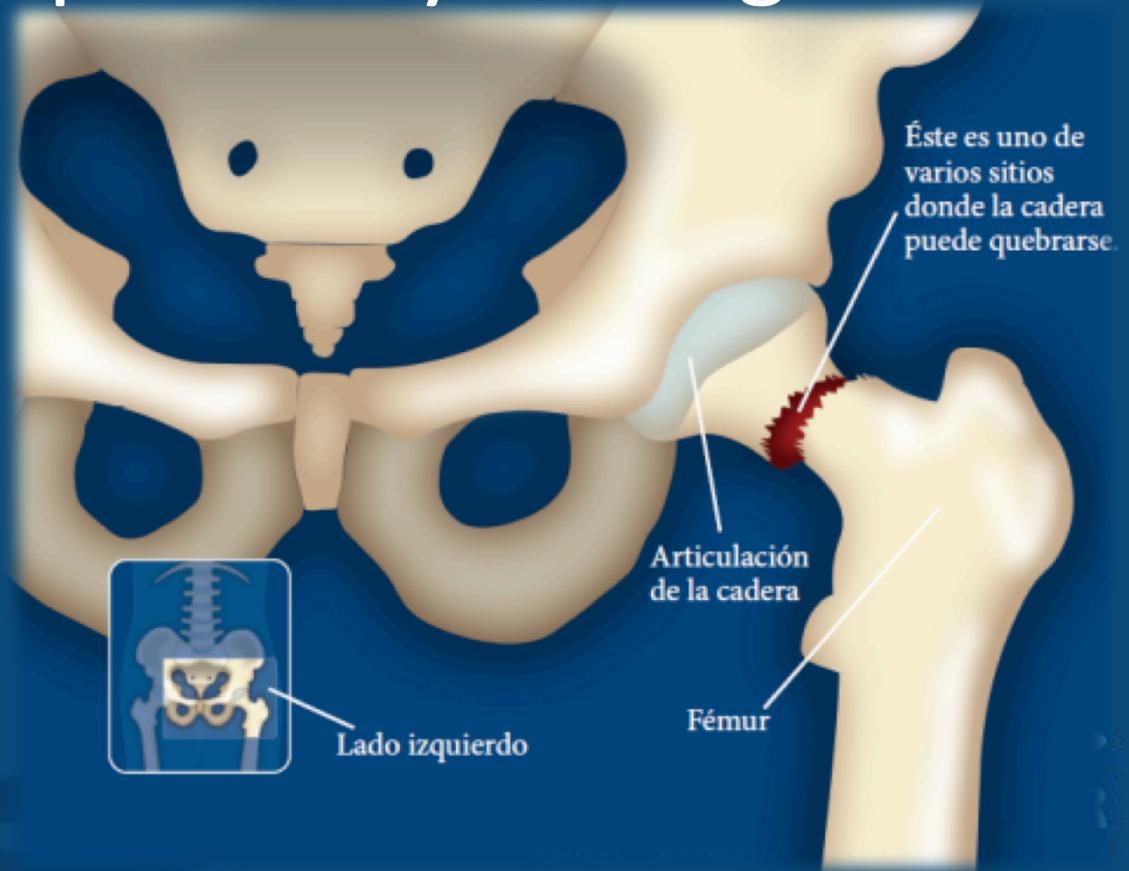
## Ladrón silencioso

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

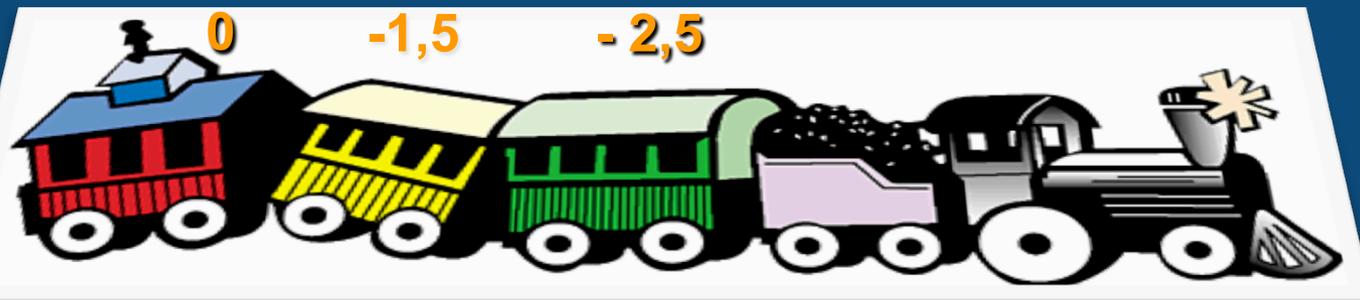
Microarquitectura

# DMO y OTP = HTA y ACV

**NORMAL**

**OSTEOPENIA**

**OSTEOPOROSIS** (severa = + 1 fractura)



# ¿A QUIENES TRATAR?

- **CON FRACTURA :**

DMO NORMAL

DMO PATOLOGICA

- **SIN FRACTURA:**

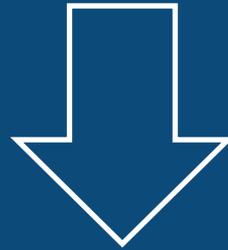
DMO (osteopenia, osteoporosis)

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!