

## Las mujeres españolas mayores de 50 años no son conscientes del riesgo de padecer osteoporosis

Según los resultados de una encuesta europea que se presenta en España con motivo del Día Mundial de la Osteoporosis:

- Sólo el 31% de las mujeres españolas entrevistadas consideran que tienen riesgo personal de padecer la enfermedad.
- Sin embargo, las mujeres españolas consideran que el cambio físico más preocupante debido a la edad sería “tener la espalda encorvada”.
- En España, el Día Mundial de la Osteoporosis, se celebra bajo la Presidencia de Honor de S.M. La Reina y coincidiendo con este día se desarrollarán diferentes actividades, entre las que destacan charlas informativas dirigidas a conocer los factores que influyen en la enfermedad y cómo se previenen y la realización de tablas de ejercicios.
- España es el país europeo con una incidencia mayor de mujeres que se han fracturado un hueso en más de una ocasión: un 7% frente al 2% de la media europea.



Ante la gravedad de las consecuencias de la osteoporosis – fracturas, discapacidad, pérdida de calidad de vida-, la Fundación Internacional para la Osteoporosis (IOF) y el Instituto Europeo de Salud de la Mujer, han realizado durante este año la encuesta “Cómo afectan los temas de salud a las mujeres mayores de 50 años europeas”. El objetivo de este estudio es determinar los niveles de concienciación de las mujeres mayores de 50 años de toda Europa y comprender sus actitudes en relación con su envejecimiento, su salud y más específicamente sobre los riesgos, niveles de diagnóstico y tratamiento de la osteoporosis. Los resultados de esta encuesta se presentan por primera vez en España coincidiendo con el Día Mundial de la Osteoporosis, que se celebra el 20 de octubre en todo el mundo. Según ha quedado constatado en la encuesta -en la que han participado un total de 1.683 mujeres de entre 50 y 74 años de 9 países

Europeos -Finlandia, Francia, Alemania, Irlanda, Italia, Holanda, España, Suecia y Suiza-, las mujeres mayores de 50 años conocen la osteoporosis pero no se consideran a sí mismas en riesgo de padecerla, por lo que se constata que en Europa la

percepción del riesgo es baja. “Este resultado posiciona a España (con un 31%) como el más preocupante en cuanto a la escasa percepción de sufrir osteoporosis respecto al resto de países (53%), señala el Dr. Manuel Díaz Curiel, presidente de FHOEMO.



Celebración en España del Día Mundial de la Osteoporosis En España, con motivo de esta jornada y bajo la presidencia de honor de SM La Reina, se celebrarán diferentes actividades los días 18, 19, 20 y 21 de este mes, promovidas por la Fundación

Hispana de Osteoporosis y Enfermedades Metabólicas Óseas (FHOEMO), en colaboración con la Asociación Española para el Estudio de la Menopausia (AEEM) y la Sociedad Española de Investigaciones Óseas y Metabolismo Mineral (SEIOMM). Estas acciones comprenden, entre otras, proyección de videos, charlas informativas dirigidas a conocer los factores que influyen en la enfermedad y cómo se previenen y la realización de tablas de ejercicios. En Madrid, con colaboración la Comunidad de Madrid, las actividades –de entrada libre- se realizarán en el Salón de Actos del Hospital de la Princesa. “Una de cada 3 mujeres de más de 50 años sufrirá a lo largo de su vida al menos una fractura osteoporótica. Se calcula que el número y coste de las fracturas osteoporóticas se duplicará a lo largo de los próximos 50 años, si no se desarrollan estrategias de prevención eficaces”, destaca el Dr. Díaz Curiel.

En este sentido, las fracturas osteoporóticas están asociadas a un aumento de la morbilidad y mortalidad. Así, según explica el Dr. Esteban Jódar, vocal de la SEIOMM, “aún en nuestros días una de cada 5 personas que sufren una fractura de cadera fallece en los primeros 6 meses post-fractura y sólo 1 entre 4 son capaces de volver a llevar la misma vida que antes de la fractura. Por tanto, la osteoporosis y las fracturas que la acompañan no sólo tienen un impacto directo sobre la mortalidad sino que, además, deterioran gravemente la calidad de vida; de ahí la clara necesidad de priorizar la lucha contra la osteoporosis entre los diversos problemas de salud”.

### Falta de acceso a las pruebas diagnósticas

En esta línea, pocas mujeres se realizan reconocimientos médicos para detectar la osteoporosis y en general no reciben un diagnóstico apropiado. En concreto, sólo el 23% de las mujeres españolas encuestadas se ha realizado una densitometría, cifra que se sitúa con la media europea (25%). E igualmente y a pesar del alto riesgo, los resultados muestran una falta de comunicación entre las mujeres y los profesionales sanitarios sobre la osteoporosis (sólo un 38% de las españolas de más de 50 años habla con su médico de los riesgos de la osteoporosis, siendo la media europea de un 42%).

Por otra parte, de las mujeres españolas mayores de 50 años que habían tenido una fractura de huesos, sólo la mitad había hablado con su médico sobre el riesgo de tener osteoporosis. En consecuencia, sólo al 37% se le había medido la masa ósea y a menos de una cuarta parte le habían prescrito algún medicamento para esta enfermedad, a pesar de la existencia de fármacos eficaces.

### Alta incidencia de fracturas

Se calcula que aproximadamente 4,3 millones o un 10% de las mujeres han sufrido la fractura de un hueso a partir de su 50 cumpleaños como consecuencia de una caída sin importancia, según los datos obtenidos en la encuesta. En este sentido, España vuelve a destacar negativamente sobre el resto de los países participantes, puesto que es el estado europeo con la incidencia más alta de mujeres que se han fracturado un hueso en más de una ocasión: un 7% frente al 2% de la media europea. Según revela el Dr. Santiago Palacios, presidente de la AEEM, “hemos podido comprobar en este estudio que las mujeres de más de 50 años temen los efectos físicos de la osteoporosis más que otros signos del envejecimiento. Así, la cifosis o tener “la espalda encorvada” es el cambio de su aspecto que más le preocuparía a las mujeres de todos los países participantes, por delante de otros como las arrugas, manchas en la piel o juanetes”. “Sin embargo y a pesar de esta alta preocupación por el cambio físico debido a la osteoporosis, en España, sólo el 12% considera que tener unos huesos fuertes es esencial para mantener un estado físico adecuado y es destacable que sólo el 20% cree que podría quedar incapacitada y el 1% que ‘se moriría’ si sufre la enfermedad”, apunta el Dr. Palacios. Para el Dr. Díaz Curiel, estos datos ponen de manifiesto que aunque una elevada proporción de mujeres mayores de 50 años llevan una vida activa e

independiente y a pesar de conocer la osteoporosis, se niegan a tomar medidas básicas para proteger su calidad de vida". "Este comportamiento –agrega– repercute en dos aspectos claves: pocas mujeres consultan con sus médicos los riesgos de padecer osteoporosis y más preocupante aún es que pocas mujeres tienen un control de su masa ósea".

"Por estos motivos –afirma el Dr. Jódar–, se hace necesaria una aproximación entre las mujeres y los médicos, comenzando por concienciar acerca de los riesgos de padecer esta enfermedad. Igualmente es esencial proporcionar información acerca de la prevención, disponibilidad y utilización de tratamientos de eficacia probada para la osteoporosis". De la misma opinión es el Dr. Díaz Curiel para quien "es vital que las mujeres españolas sean conscientes de la importancia de la osteoporosis, de ahí la necesidad de realizar campañas de sensibilización como el Día Mundial de la Osteoporosis," enfatiza.

### Debilitamiento del hueso

En España, se estima que existen cerca de dos millones y medio de mujeres con osteoporosis. La osteoporosis es una enfermedad padecida en mayor medida por las mujeres. El Dr. Palacios explica que "esto es debido a que la menopausia es uno de los principales factores de riesgo. El desequilibrio hormonal provocado por la menopausia puede provocar una rápida pérdida de hueso. Por ello, es recomendable que estas mujeres acudan a su médico para preguntar por el estado de sus huesos".

Entre los factores de riesgo de osteoporosis cabe destacar la menopausia, baja masa ósea, fractura previa –que duplica el riesgo de nuevas fracturas–, historial familiar de osteoporosis, delgadez, tabaco, alcohol, falta de ejercicio físico, déficit de calcio en la dieta, o el consumo de determinados medicamentos.

Si no se trata adecuadamente, la osteoporosis continúa haciendo mella en el esqueleto y aunque se cure la fractura, la enfermedad sigue estando ahí y, con el tiempo, si no se trata correctamente, volverá a originar nuevas fracturas.

Para más información,

Tfno.: 91/563 23 00

E-mail: [mariagonzalez@berbes.com](mailto:mariagonzalez@berbes.com)

<http://www.cuidatushuesos.com>