

Alberto Hernández, traumatólogo de Policlínica Gipuzkoa: "La densitometría DXA nos ayuda a realizar un diagnóstico precoz de la osteoporosis"

Alberto Hernández, traumatólogo de Policlínica Gipuzkoa, ayuda a explorar la osteoporosis desde su definición hasta sus causas, diagnóstico y tratamientos, destacando la importancia de su detección temprana y los hábitos de vida saludables como claves en la lucha contra esta silenciosa enfermedad

"Una de cada tres mujeres mayores de 50 años experimenta una fractura relacionada con la osteoporosis", asegura el Dr. Alberto Hernández, traumatólogo de Policlínica Gipuzkoa. Esta enfermedad, metabólica y sistémica, se caracteriza por una disminución progresiva de la masa mineral ósea y aumento de la porosidad, y es la responsable de la aparición de numerosas fracturas con traumatismos menores o inaparentes, especialmente en la columna torácica y lumbar, muñeca y cadera.

Se calcula que esta enfermedad afecta a unas 200 millones de personas en todo el mundo, llegando a afectar al 6% de los hombres y al 21% de las mujeres mayores de 50 años, siendo su punto más crítico a partir de la menopausia, donde "la pérdida ósea se acelera en las mujeres hasta un 5% anual durante cinco o siete años", explica el Dr. Hernández.

Más del 95% de los casos de osteoporosis en mujeres, y alrededor del 80% en hombres es primaria, es decir, que no tiene una causa subyacente identificable. Sin embargo, el traumatólogo de Policlínica Gipuzkoa afirma que esta patología "se relaciona con la falta de calcio y vitamina D, consumo de ciertos medicamentos e insuficiencia gonadal, tanto en hombres como en mujeres".

Por otro lado, la osteoporosis secundaria es aquella que es causada por ciertas condiciones médicas que pueden causar o acelerar la pérdida ósea, aumentar el riesgo de fracturas, afectar directa o indirectamente la remodelación ósea o interferir con la adquisición de masa ósea máxima en personas jóvenes. La causa más frecuente de osteoporosis secundaria es "el tratamiento con glucocorticoides (GC), los cuales afectan a la función y el número de células óseas, afectando la formación del hueso", subraya el Dr. Hernández.

El tratamiento de la osteoporosis consiste en la "mejora de los hábitos de vida, ingesta adecuada de calcio y vitamina D, y en algunos casos, medicamentos para frenar la resorción ósea o aumentar la formación ósea", indica el traumatólogo de Policlínica Gipuzkoa. El tratamiento es individualizado y requiere tiempo para mostrar efectos.

Densitometría DXA

La técnica para medir la Densidad Mineral Ósea es la densitometría ósea (DXA), "una técnica con baja exposición radiológica": "Se basa en medir la transmisión de un haz de fotones de rayos X con dos

intensidades de energía para tejidos blandos y hueso cortical, lo que nos permite evaluar la masa ósea por unidad de volumen", señala el Dr. Hernández, traumatólogo de Policlínica Gipuzkoa.

Además, para prevenir la aparición de fracturas por traumatismos, el traumatólogo de Policlínica Gipuzkoa sugiere realizar una valoración de un profesional "ante un dolor lumbar, pélvico, o de la ingle, que nos impida desempeñar correctamente nuestras funciones cotidianas, aunque también se puede hacer de forma preventiva", asegura Alberto Hernández.

"La situación ideal para identificar la osteoporosis es empezar a manejar un problema metabólico antes de que haya dado el síntoma de gravedad que es la fractura de perfil osteoporótico por fragilidad, empezar tratamiento para minimizar el riesgo desde luego es la estrategia más acertada", concluye el Alberto Hernández.

"La osteoporosis, -concluye el traumatólogo de Policlínica Gipuzkoa- aunque se trate de una enfermedad silenciosa, puede tener un impacto significativo en la calidad de vida de las personas que lo padecen. La detección temprana y la adopción de medidas preventivas son fundamentales para abordar esta enfermedad ósea y reducir el riesgo de fracturas por fragilidad en un futuro".

Datos de contacto:

Policlínica Gipuzkoa
Policlínica Gipuzkoa
654 09 69 91

Nota de prensa publicada en: [Donostia-San Sebastián](#)

Categorías: [Nacional](#) [Medicina](#) [País Vasco](#) [Otros Servicios](#) [Bienestar](#) [Servicios médicos](#)

NotasdePrensa

<https://www.notasdeprensa.es>