

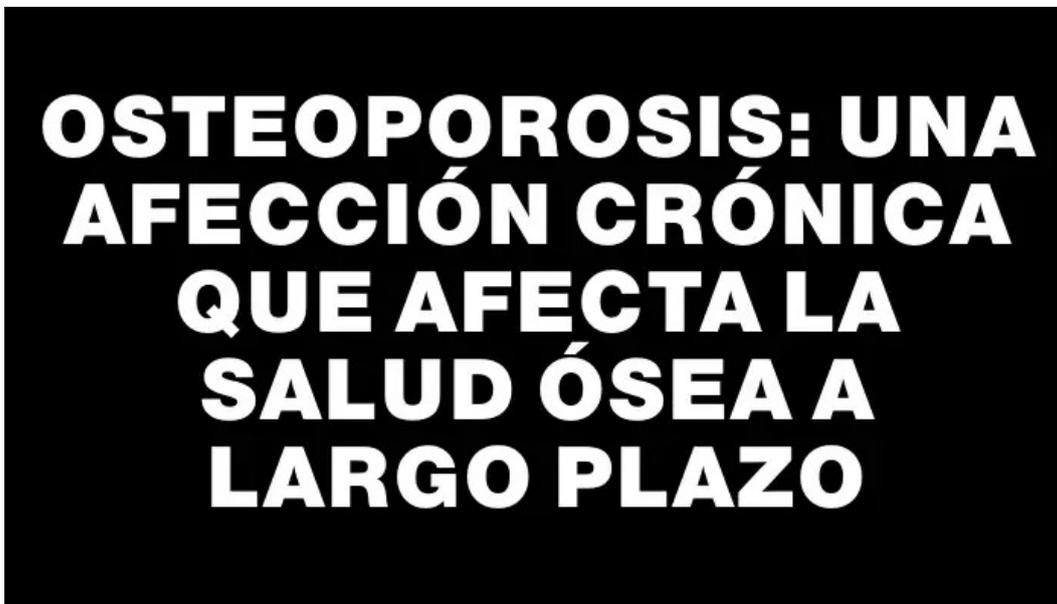
Osteoporosis: una afección crónica que afecta la salud ósea a largo plazo

Salud



Publicada el: 29/12/24	Visitas: 135
Comentarios: 0	Ver comentarios
Votos: 17	Puntaje: 3.6

https://www.ultimasnoticias.com.uy/salud/osteoporosis-una-afeccion-cronica-que-afecta-la-salud-ose-a-a-largo-plazo_12959.php



Salud

Osteoporosis: una afección crónica que afecta la salud ósea a largo plazo

Osteoporosis: un desafío a largo plazo para la salud de nuestros huesos.

Osteoporosis: La Enfermedad Silenciosa

Osteoporosis: La Enfermedad Silenciosa

La osteoporosis es conocida como la "enfermedad silenciosa"

debido a que no presenta síntomas evidentes hasta la ocurrencia de una fractura.

Esta condición es particularmente prevalente en mujeres postmenopáusicas, aunque también puede afectar a hombres y personas de diferentes edades.

Etiología y Factores de Riesgo

La osteoporosis se clasifica en primaria y secundaria.

La osteoporosis primaria es más común y está relacionada con el envejecimiento y los cambios hormonales, especialmente la disminución de estrógenos en mujeres después de la menopausia.

Entre los factores de riesgo se encuentran: Genéticos: Antecedentes familiares de fracturas u osteoporosis.

Hormonales: Niveles bajos de hormonas sexuales.

Nutricionales: Deficiencia de calcio y vitamina D.

Estilo de vida: Sedentarismo, tabaquismo y consumo excesivo de alcohol.

Medicamentos: Uso prolongado de corticosteroides y ciertos anticonvulsivos.

Diagnóstico

El diagnóstico de osteoporosis se realiza mediante la densitometría ósea, un examen que mide la densidad mineral ósea (DMO).

Un resultado de T-score de -2.5 o menor indica la presencia de osteoporosis.

Además, pueden realizarse análisis de sangre y orina para evaluar factores que contribuyen a la pérdida ósea, así como estudios de imagen para identificar fracturas.

Síntomas

La osteoporosis es asintomática hasta que se producen fracturas.

Las fracturas más comunes se presentan en la columna vertebral, muñeca y cadera.

Las fracturas vertebrales pueden ocasionar dolor agudo, pérdida de altura y deformidades como la cifosis, que es la curvatura de la columna.

Prevención

La prevención de la osteoporosis debe comenzar en la juventud y se puede lograr a través de: Dieta adecuada: Consumir suficientes cantidades de calcio y vitamina D.

Ejercicio: Realizar actividades de peso y resistencia, como caminar, correr y levantar pesas, para fortalecer los huesos.

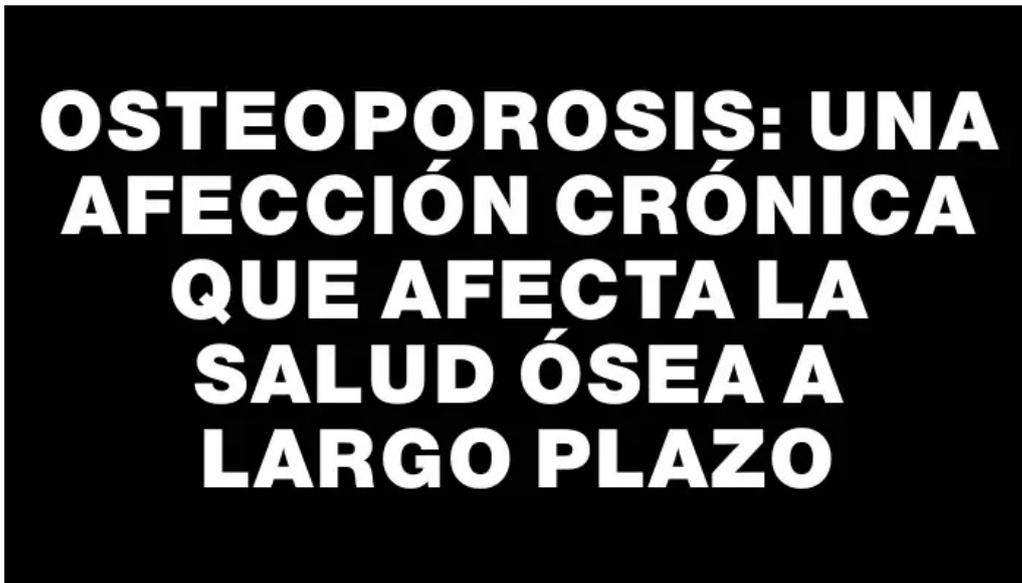
Estilo de vida saludable: Evitar el tabaco y el consumo excesivo de alcohol.

Tratamiento

El tratamiento de la osteoporosis incluye cambios en el estilo de vida, suplementos de calcio y vitamina D, así como medicamentos. Los antiosteoporóticos, como los bisfosfonatos, moduladores selectivos del receptor de estrógeno (SERMs) y denosumab, ayudan a reducir el riesgo de fracturas. En algunos casos, se pueden considerar tratamientos hormonales.

Fuente: Grupo R Multimedia

Imágenes



Osteoporosis una afeccion cronica que afecta la salud osea a largo plazo

Tags

enfermedad, hormonales, silenciosa, osteoporosis, mujeres, excesivo, fracturas, primaria, consumo, cambios, vitamina, factores

Noticias relacionadas

4.1 * *La falta de Vitamina D: Un desafío silencioso que impacta la salud en todo el mundo*

4.7 * *Lupus: una dolencia crónica que oculta realidades invisibles*

4.7 * *Dr. Ricardo Diez: La cefalea inducida por el abuso de medicamentos y su impacto en la salud*

3.6 * *Diabetes: Más de 1,5 millones de vidas se pierden anualmente a raíz de esta enfermedad a nivel global*

4.3 * *La quinta enfermedad: un mal que afecta a los más pequeños y que*

requiere nuestra atención

3.9 * *Dr. Ricardo Díez analiza los factores de riesgo asociados a la demencia y su impacto en la salud mental*

4.6 * *Entendiendo el impacto del reuma deformante en la calidad de vida y su manejo efectivo*

3.8 * *Las sustancias más populares entre los uruguayos: alcohol, tabaco y marihuana*

4.0 * *El consumo de carne en Uruguay alcanza su mayor nivel en dos años consecutivos*

4.8 * *Más de 370.000 uruguayos enfrentan dificultades con el consumo de alcohol*

Categorías

Interior
aldea
Breves
básquet
cartas
ciencia
Clima
columnistas
Cotizacion monedas
Cultura
Curiosidades
departamentales
Deportes
derechos humanos
Economía
Empresariales
Empresas
Fútbol internacional
Fútbol uruguayo
Fúnebres
fútbol
General
género y feminismos
internacional

Internacionales
latidos
Maldonado
Mascotas
minuto a minuto
Mundo
municipales
Nacional
Estados Unidos
noticias de local
México
noticias de salud
noticias de tecnologia
obituarios
Opinión
policial
Policiales
Política
Principal
Resultados de juegos
Rurales
Salto
Salud
Show
sin categoría
sindicales
Sociedad
Tecnología & internet
titulares del día
tribuna
Turf
uncategorized
uruguay decide 2024
viajes y turismo