

Día Mundial de la Osteoporosis #RompeLasEstadísticasNoTusHuesos

Cada dos minutos en España se produce una fractura por fragilidad causada por osteoporosis

Cada 20 de octubre, se celebra el Día Mundial de la Osteoporosis para acercar la enfermedad a la población general

Este año, con el objetivo de poner el foco en lo dolorosas y limitantes que son las fracturas por fragilidad, asociaciones de pacientes y profesionales sociosanitarios han puesto en marcha la campaña #RompeLasEstadísticasNoTusHuesos, promovida por la Fundación Hispana de Osteoporosis y Enfermedades Óseas (FHOEMO), junto con la Sociedad Española de Investigación Ósea y Metabolismo Mineral (SEIOMM) y la Asociación Española con la Osteoporosis y la Artrosis (AECOSAR), con la colaboración de la compañía biotecnológica Amgen y la biofarmacéutica UCB.

Se estima que cerca de 3 millones de españoles sufren osteoporosis. Una cifra similar a la población de la ciudad de Madrid. Las mujeres, tras la menopausia, son especialmente vulnerables a esta patología cuya principal consecuencia son las fracturas óseas por fragilidad.

Alrededor del 22,5% de las mujeres mayores de 50 tiene osteoporosis frente al 6,8% de los hombres. Además, 1 de cada 3 mujeres mayores de 50 años sufrirá una fractura por osteoporosis a lo largo de su vida. Sin embargo, a pesar de su prevalencia, esta enfermedad sigue siendo una gran desconocida para la sociedad y, con ello, la realidad que gran parte de los pacientes viven en su día a día: dependencia, depresión o soledad, entre otras consecuencias.

En este contexto, durante el día mundial, se repartirán lazos de yute para hacer una llamada de atención y promover así la concienciación sobre la osteoporosis y las fracturas por fragilidad para involucrar a la sociedad en la necesidad de romper con las estadísticas.

Fracturas por fragilidad

La osteoporosis es una enfermedad crónica que provoca el deterioro progresivo de nuestros huesos, ocasionando que estos se vuelvan más porosos, frágiles, débiles y, por tanto, más propensos a fracturarse. Las fracturas por fragilidad son, por consiguiente, una de las principales consecuencias de la osteoporosis.

Se estima que cada dos minutos se produce una fractura por fragilidad en nuestro país, lo que supone un total de 330.000 casos al año. Una cifra que podría llegar a las 420.000 fracturas en 2030 por el progresivo envejecimiento de la población.

En comparación con otras patologías, el riesgo de sufrir una fractura por fragilidad es superior al de padecer cáncer de mama, ovario y útero en el caso de la mujer, o cáncer de próstata en el hombre.

Este tipo de fracturas se caracterizan no solo por el dolor que provocan, sino también por las limitaciones que ocasionan en el día a día del paciente. “Las fracturas por fra-

8 de cada 10 personas que han tenido al menos una fractura por fragilidad, no han sido diagnosticadas ni tratadas por osteoporosis. Durante los 12 meses posteriores, el riesgo de sufrir una nueva fractura se multiplica por cinco



gilidad suponen un antes y un después en la autonomía y calidad de vida de los pacientes, hasta el punto de que son responsables de la pérdida de 12 años de vida”, afirma el Dr. Josep Vergés, presidente de AECOSAR.

Tal es el impacto que tan solo 4 de cada 10 pacientes que han sufrido una fractura por fragilidad recuperan su anterior calidad de vida. Para la gran mayoría de los pacientes, una fractura causada por osteoporosis se traduce en dificultad o imposibilidad de realizar acciones cotidianas como asearse, ir al mercado o conducir o, inclusive, descompensación de patologías previas.

A todo ello, hay que sumar que es una enfermedad infradiagnosticada: aproximadamente 8 de cada 10 personas que han tenido al menos una fractura por fragilidad, no

Tan solo 4 de cada 10 pacientes que han sufrido una fractura por fragilidad recuperan su anterior calidad de vida

han sido diagnosticadas ni tratadas por osteoporosis. Además, durante los 12 meses posteriores a que se haya producido una fractura, el riesgo de sufrir una nueva se multiplica por cinco.

La prevención es la clave

A pesar de todo ello, es posible romper estas estadísticas y poner énfasis en la prevención tanto primaria como secundaria. “Es necesi-

rio priorizar la osteoporosis y las fracturas por fragilidad, que tanto los pacientes como profesionales sociosanitarios las tengamos en mente para poder diagnosticarlas y actuar a tiempo”, sostiene el Dr. Vergés. “La osteoporosis es considerada una enfermedad silenciosa, hasta el punto de que, en muchas ocasiones, no se hace visible, ni siquiera para el propio paciente, hasta que se produce la primera fractura”, prosigue el doctor. De hecho, se estima que 1 de cada 4 pacientes no relacionan su fractura con la osteoporosis. Incluso existe también un gran desconocimiento del riesgo asociado a una segunda fractura. De hecho, 1 de cada 5 mujeres con fracturas por fragilidad no considera que esté en riesgo de sufrir otra nueva por el mismo motivo.

Paciente (in)formado

Para el Dr. Vergés, la implicación del paciente es indispensable. Para lograrlo, ve necesario “impulsar el asesoramiento y educación del paciente sobre su enfermedad, estilo de vida y adherencia al tratamiento farmacológico adecuado. De esta forma, serán capaces de reconocer su papel activo gracias al conocimiento de los factores de riesgo asociados a su patología y estarán capacitados para participar, junto al profesional sanitario, en la toma de decisiones sobre su tratamiento”.

Unidades de Fractura

Otro factor clave es la puesta en marcha de unidades multidisciplinarias conocidas con el nombre de Unidad de Fractura (FLS) y que integran a todos los profesionales sociosanitarios que intervienen de manera directa o indirecta en el proceso asistencial. Las Unidades de Fractura (FLS) son fundamentales para el diagnóstico y tratamiento de la osteoporosis. Fomentar su creación en todos los hospitales permitiría mejorar las cifras de diagnóstico además de disminuir la importante carga económica y psicológica que suponen las fracturas por fragilidad. Se estima que la puesta en marcha de estas unidades contribuiría a mejorar estadísticas tales como que el 70% de los pacientes con fracturas mantenga el tratamiento para prevenir una nueva fractura, evitar más de 1.200 fracturas por fragilidad cada año o suponer un ahorro neto de 18,4 millones de euros anuales.

