



## **Geriatría y Medicina Física y Rehabilitación, se unen para ahondar en los factores de riesgo de la osteoporosis**

- **Grünenthal ha organizado, junto a profesionales sanitarios de estas dos especialidades, el webinar “La osteoporosis no es sólo cuestión de edad”**
- **A partir de un caso clínico, se ha revisado la atención a los pacientes mayores con patología osteoarticular y osteoporosis desde el punto de vista de estas especialidades: Geriatría y Rehabilitación.**
- **Los especialistas han valorado las opciones de tratamiento más adecuadas y la necesidad de terapia no farmacológica en la recuperación de este paciente.**

**Madrid, 30 marzo de 2022.-** “La osteoporosis es una enfermedad que afecta a alrededor de tres millones de personas en España. Además, el aumento previsto de la incidencia de fracturas en nuestro país se calcula en un 30%”, asegura el Dr. David Hernández Herrero, del Servicio de Rehabilitación del Hospital Universitario La Paz. De ahí la importancia de que los profesionales sanitarios cuenten con toda la información y se dé respuesta a todas las circunstancias que suponen factores de riesgo en la epidemiología de fractura osteoporótica. Por este motivo, Grünenthal ha organizado, junto a profesionales de la Medicina Física y Rehabilitación y Geriatría, un webinar titulado “La osteoporosis no es sólo cuestión de edad”.

Durante el encuentro se revisó cómo medir el riesgo de fracturas, cómo manejar la polimedicación de los pacientes ancianos, cómo favorecer la realización del ejercicio físico y, además, cómo plantear y llevar a cabo el tratamiento farmacológico de la enfermedad en sí. Según el Dr. David Hernández Herrero, moderador del webinar, el objetivo era “dar un enfoque multidisciplinar, desde el ámbito de la geriatría y la rehabilitación al manejo de la osteoporosis”.

El webinar ha contado, además, con la ponencia de dos especialistas en el tema como son el Dr. Abel Cedeño Veloz, del Servicio de Geriatría del Hospital Universitario de Navarra; y la Dra. Lourdes Ruiz Jareño, Especialista en Medicina Física y Rehabilitación del Hospital Universitario de Sagunto (Valencia).

### **Los ancianos, la población de mayor riesgo**

La osteoporosis es conocida como el "enemigo silente", que va generando una pérdida de masa ósea progresiva, con alteración estructural y funcional del hueso hasta llegar a provocar fracturas. Es por ello que una de las poblaciones con más riesgo de sufrir este tipo de problemas son los ancianos. “En España, del grupo de edad mayor de 70 años, cuatro de cada diez mujeres y uno de cada diez hombres la sufren. Además, si



atendemos a fracturas por fragilidad, la osteoporosis aqueja a una de cada tres mujeres y a uno de cada cinco hombres de 50 años o más”, apunta el doctor.

El Dr. David Hernández, que también es presidente de la Sociedad Centro Rehabilitación, reconoce que la osteoporosis es una de las enfermedades que se pueden definir como invisibles: “Esto se debe a que los cambios en el metabolismo óseo no se notan hasta que aparecen las fracturas, que tienen relación con traumatismos de baja energía, caídas desde la propia altura o similares”. Sin embargo, asegura que, aparte de las fracturas, los profesionales sanitarios sospechan de la existencia de osteoporosis en pacientes que llegan a la consulta por otro motivo, siendo el más frecuente el dolor de columna: “Al realizar una radiografía, encontramos un aumento de la curva de la espalda, la cifosis dorsal”.

### **Prevención**

La prevención desde edades tempranas es fundamental en la osteoporosis. “Se trata de actuar sobre los factores de riesgo modificables; básicamente dieta, sol y ejercicio”, señala el Dr. David Hernández. “El objetivo es conseguir el máximo pico de masa ósea en las pacientes adultas jóvenes, para que el posterior declive natural que se produce siempre, y que se agrava en la menopausia, parta de los valores más elevados posibles, con lo que la caída siempre será proporcionalmente menor”, apunta.

En este sentido, es clave contar con una dieta variada, rica en calcio. En el metabolismo de ese calcio destaca la vitamina D, que se activa por la acción del sol. Por eso, es importante llevar a cabo actividad al aire libre, teniendo en cuenta la protección ante los rayos ultravioleta. Del mismo modo, la relación del ejercicio físico –aeróbico, de fuerza y de equilibrio- con el metabolismo óseo está demostrada en múltiples estudios. Así, es importante la promoción de la actividad física al aire libre en cualquier rango de edad, especialmente, entre mujeres. “En mujeres peri y postmenopáusicas se observa cómo el ejercicio físico ayuda al mantenimiento de los niveles de masa ósea, compitiendo con la pérdida natural que se produce en estas edades”, subraya el doctor David Hernandez del Servicio de Rehabilitación del Hospital Universitario La Paz.

Además, se unen otros factores como enfermedades concomitantes, medicaciones que alteran la capacidad de la marcha, alteraciones sensitivas, visuales y el estado de ánimo. En este último caso, subraya “la depresión, que entronca con problemas sociales, como el aislamiento social, que lleva a que el paciente cada vez haga menos ejercicio, no salga a la calle; con lo que pierde más músculo, apareciendo una sarcopenia que favorece las caídas, por lo que el paciente siente aprensión y tiende a moverse menos, agravando los factores de riesgo antes comentados, y llevándole a un círculo vicioso de riesgo difícil de romper”.

Cabe destacar que la osteoporosis es una enfermedad en la que la implicación de los pacientes es fundamental, ya que además de la medicación prescrita, es necesario llevar a cabo otras medidas alternativas no farmacológicas.

### **Grünenthal**

Grünenthal es líder mundial en el abordaje del dolor y de enfermedades relacionadas. Como compañía farmacéutica basada en la ciencia y de propiedad familiar, contamos con una larga trayectoria llevando tratamientos innovadores y tecnología de vanguardia a pacientes de todo el



mundo. Nuestro propósito es mejorar vidas – la innovación es nuestra pasión. Centramos todas nuestras actividades y esfuerzos en alcanzar nuestra visión de un mundo sin dolor.

Grünenthal tiene sede en Aquisgrán, Alemania, y filiales en 29 países en Europa, Latinoamérica y Estados Unidos, nuestros productos se venden en más de 100 países. Alrededor de 4.500 profesionales trabajan en Grünenthal y en 2020 alcanzó unos ingresos de aproximadamente 1.300 millones de euros.

Más información: [www.grunenthal.es](http://www.grunenthal.es)

Síguenos en LinkedIn: [Grünenthal España](#)



**Grünenthal**

Beatriz Peñalba

E-mail: [beatriz.penalba@grunenthal.com](mailto:beatriz.penalba@grunenthal.com)

Tel.: 91 301 93 00

**BERBÉS**

Mar de las Heras / Solange Bufi /

Sara Díaz

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

/ [solangebufi@berbes.com](mailto:solangebufi@berbes.com) /

[saradiaz@berbes.com](mailto:saradiaz@berbes.com)

Tel.: 91 563 23 00