

COORDINADOR

José Sanfélix Genovés. Grupo de Reumatología de semFYC y de SVMFIC

AUTORES

Cristina Carbonell Abellá. Grupo de Reumatología de semFYC y de osteoporosis de CAMFIC

Vicente Giner Ruiz. Grupo de Reumatología de semFYC y de SVMFIC

Alberto López García-Franco. Coordinador del Grupo de la Mujer del Programa de Actividades Preventivas y de Promoción de Salud (PAPPS) de la semFYC

José Sanfélix Genovés. Grupo de Reumatología de semFYC y de SVMFIC

La osteoporosis es una enfermedad del esqueleto caracterizada por la disminución de la resistencia ósea que predispone a un aumento del riesgo de fractura. La resistencia ósea refleja fundamentalmente la integración de la densidad y calidad del hueso. La calidad ósea se refiere a la macro y microarquitectura ósea, grado de recambio o remodelado óseo, daño acumulado y grado de mineralización. La aparición de la fractura ósea patológica produce dolor, impotencia funcional y discapacidad, disminución de la autoestima con alteración de la imagen corporal, un incremento de la mortalidad, así como importantes consecuencias económicas. Representa un importante problema de salud pública, que afecta de forma predominante a mujeres mayores de 50 años, y cuya incidencia va en aumento debido al progresivo envejecimiento de nuestra población.

La alta prevalencia de la osteoporosis, la accesibilidad de la población a la Atención Primaria y el fácil manejo del arsenal terapéutico disponible hacen de este nivel asistencial el óptimo para el tratamiento integral de esta patología. Por ello, este trabajo que desarrollamos tiene como objetivo el ayudar a los médicos de Atención Primaria en el diagnóstico y tratamiento de la osteoporosis y aumentar la concienciación de su importancia sociosanitaria.

Objetivos docentes

Actualizar y revisar la información general de la osteoporosis y de los aspectos nutricionales que pueden influir en la salud ósea, los criterios diagnósticos de osteoporosis y fractura por fragilidad y los criterios para la toma de una decisión terapéutica, así como el grado de recomendación de las intervenciones no farmacológicas y farmacológicas.

A través del hilo conductor de casos clínicos habituales en nuestras consultas, en cada módulo se pretende:

Módulo 1: Generalidades. Nutrición y salud ósea

- Conocer aspectos epidemiológicos de la osteoporosis y su relevancia clínica.
- Revisar los factores de riesgo de baja masa ósea patológica, caída y fractura.

- Señalar los aspectos más relevantes de la anamnesis y la exploración.
- Conocer el papel que juega el calcio y la vitamina D en la adquisición del pico de masa ósea y en su mantenimiento.
- Revisar la evidencia sobre la adecuada ingesta de calcio y de vitamina D y su repercusión en la prevención de fracturas.

Módulo 2: Diagnóstico

- Reconocer e identificar una fractura vertebral, así como establecer el tipo y severidad.
- Leer una densitometría, interpretando todos los valores reflejados y posibles factores de confusión.
- Conocer el papel de los marcadores de remodelado óseo en el manejo del paciente con osteoporosis.
- Realizar diagnóstico diferencial.

Módulo 3: Tratamiento

- Revisar el nivel de evidencia de las intervenciones preventivas no farmacológicas y su grado de recomendación.
- Valorar los criterios para instaurar tratamiento farmacológico:
 - Cuando disponemos de densitometría.
 - Cuando no se dispone de ella (según factores de riesgo).
- Revisar el nivel de evidencia de las intervenciones farmacológicas y su grado de recomendación.

Metodología de las sesiones

Esta sesión está elaborada para ser autogestionada por los propios centros de salud, donde se abordarán los contenidos del programa a través de casos clínicos, ilustrados con animaciones multimedia generadas en tres dimensiones, que explican visualmente los procesos; así como un cuestionario de evaluación, que los participantes deben superar para obtener la acreditación. Se facilitará un material impreso de soporte y CD para su presentación.

