

HABLEMOS DE SALUD

Con la Escuela de Medicina de la UPR

Ojo a la osteoporosis



Salvador Vilá

Catedrático, Departamento de Reumatología

Se estima que en los Estados Unidos anualmente ocurren más de 2 millones de fracturas relacionadas a la osteoporosis con un costo de 17 billones de dólares. Una fractura de cadera implica para muchos la admisión a un hogar de convalecientes, el desarrollo de una discapacidad permanente o un riesgo de muerte aumentado por dos años luego de la fractura.

La osteoporosis ocurre cuando hay una disminución en la densidad del hueso de tal magnitud que aumenta el riesgo de sufrir una fractura ósea sin que medie un trauma severo. La densidad ósea del esqueleto humano aumenta desde el nacimiento hasta la edad de aproximadamente 30 años. A partir de los 30 años hay una pérdida neta de masa ósea, disminuyendo gradualmente su densidad. En las féminas hay un aumento acelerado de pérdida de la masa ósea posterior a la menopausia, siendo la pérdida de mayor grado durante los primeros 10 años posterior a esta. En el hombre la pérdida ósea es de mayor grado al perder función gonadal y bajar los niveles de testosterona en el cuerpo.

Fracturas en huesos trabeculares tales como las vértebras, muñecas y dedos ocurren primero que en huesos corticales tales como las caderas. De manera que mientras las fracturas por osteoporosis en muñecas y vertebras comienzan comúnmente a ocurrir alrededor de la sexta década, las fracturas de cadera comienzan comúnmente a ocurrir en la octava década.



Hay osteoporosis primaria y secundaria. La primaria es la más común y se le describe como postmenopáusica, pues ocurre por pérdida de estrógeno en la fémina y de testosterona en el varón posterior a la pérdida de función gonadal. La osteoporosis secundaria ocurre cuando la causa no es pérdida de función gonadal. A menudo se desarrolla a una edad más temprana que la osteoporosis postmenopáusica. Sus causas son muchas, tales como el uso de medicamentos como la cortisona, el metotrexato, reemplazo de hormona tiroidea excesiva, uso de inhibidores de protón como el omeprazol o lansoprazole; enfermedades inflamatorias como la artritis reumatoidea, lupus eritematoso sistémico, enfermedad de Crohn y colitis ulcerativa; enfermedades endocrinas tales como la diabetes, hiperparatiroidismo, y enfermedad de Cushing; fallo renal crónico; fumar o beber más de 2 tragos de alcohol al día; un nivel bajo de vitamina D en la sangre; bajo consumo de calcio; y predisposición genética, entre muchos otros.

Esta enfermedad da síntomas solamente cuando hay una fractura. Los síntomas son los de la fractura per se. No hay síntomas específicos que se le puedan atribuir a la osteoporosis. Se diagnostica a través de la medición de la densidad mineral ósea (BMO) mediante procedimientos tales como densitometría ósea (DXA), escaneo tomográfico cuantitativo (QCT) y medición de la estructura ósea trabecular (TBS).

Se recomienda que los estudios para determinar osteoporosis comiencen a hacerse a la edad de 60 a 65 años en hombres y mujeres saludables. Se deben repetir cada dos años. Sin embargo, en personas con más de un riesgo para desarrollar osteoporosis, se deben realizar una vez esos riesgos han sido identificados.

Hablemos de Salud es una sección desarrollada por la Escuela de Medicina del Recinto de Ciencias Médicas de la UPR que busca informar y establecer un diálogo directo de la facultad médica de la Escuela con la ciudadanía sobre los temas más apremiantes de la salud y la medicina.

CARTA DEL DÍA



Reconocen a Tony Rivera, de Mapeyé.

Mapeyé y la lucha de Vieques

Reconozco que al proponernos otorgar reconocimientos a una gesta como la causa viequesense el riesgo de lo incompleto es inevitable. Hay casos, sin embargo, que no es posible pasar por alto.

Así, al reconocer el rol de los artistas en la lucha de nuestra Isla Nena el no mencionar la Orquesta Nacional Mapeyé y su director Tony Rivera sería tal ingratitud que no es posible ignorarlo. Evitar tal ocurrencia es el objetivo único de este breve comentario.

Juan R. Fernández
Excomisionado Especial para Vieques y Culebra

NEWSLETTER OPINIÓN

Manténgase al tanto de los análisis y opiniones sobre los sucesos de actualidad. Reciba por correo electrónico nuestro boletín con columnas del día.

Regístrese en

<https://newsletters.elnuevodia.com>

La confianza de los populares

Los populares saben que cualquiera de los candidatos que saliera presidente del partido trabajaría mucho mejor de lo que tenemos ahora en el PNP, por lo que no le dieron importancia al asunto. Aquí en Ponce teníamos dos personajes que si existieran hubieran sido tremendos candidatos para presidir algún partido en contra de lo que tenemos. Uno se llamaba Uvita y el otro Maruca. Una pena que ya no están.

Víctor M. Santiago Jr.
Ponce



Confianza en cualquier candidato del PPD.



Piden mayor cuidado a conductores.

Respeto en las vías

Les pido a los conductores que respeten y cuiden de los trabajadores que hacen labores de mantenimiento y construcción en las vías públicas. Los inconvenientes que usted conductor pueda sentir, serán para su propia seguridad y disfrute en el futuro.

José A. Torruellas Iglesias
San Juan

GUÍAS CARTAS

Escriba a:
Cartas
P.O. Box 9227512
San Juan, P.R. 00922-7512

Internet: cartas@elnuevodia.com

Preguntas: (787) 641-8000,
extensión 5004

El texto no debe tener una extensión mayor de 200 palabras y está sujeto a edición por razón de espacio. Debe incluir nombre, dirección y teléfono. Por espacio, no todas las cartas recibidas se publican.

RECORDAR ES VIVIR

Comparta la alegría del reencuentro con sus compañeros de estudio.

Envíe su foto de grupo e información a: recordaresvivir@elnuevodia.com
También puede escribir a: Recordar es vivir / El Nuevo Día
P.O. Box 9227512 San Juan, P.R. 00922-7512