

Día **20** de octubre #DíaMundialOsteoporosis

La detección de casos de osteoporosis se ha visto reducida hasta en un 40% debido a la COVID-19

- La pandemia de la COVID-19 ha afectado negativamente a la salud ósea al inhibir los hábitos saludables que la promueven, lo que se ha traducido en un mayor riesgo de fracturas relacionadas con caídas¹
- Coincidiendo con la conmemoración del Día Mundial de la Osteoporosis, la campaña [#206razones](#) se centra en el correcto tratamiento de esta enfermedad para evitar fracturas y lograr un envejecimiento saludable
- Con la implantación de Unidades de Fracturas en todos los hospitales españoles se podrían evitar más de 1.200 fracturas por fragilidad al año, lo que supone un ahorro en el Sistema Nacional de Salud de 18,4 millones de euros anuales¹³

Madrid, 20 de octubre de 2021. La COVID-19 ha afectado de manera negativa a la detección de nuevos casos de osteoporosis, que ha llegado a caer hasta un 40%, según un estudio². Además, a lo largo de este año y medio de pandemia una parte de la población ha dejado de lado hábitos saludables que promueven la salud ósea, lo que se podría relacionar con un peor pronóstico³⁻⁵.

“La pandemia COVID-19 ha afectado a la salud ósea y se ha visto disminuido el diagnóstico de la osteoporosis, así como su tratamiento, aunque, lamentablemente, sus complicaciones no se han visto reducidas³⁻⁵”, ha explicado hoy en rueda de prensa el **Dr. Santiago Palacios**, presidente de la Fundación Hispana de Osteoporosis y Enfermedades Metabólicas Óseas (FHOEMO). *“A esta situación actual tenemos que unir el hecho de que la osteoporosis es una de las patologías más infradiagnosticadas y menos tratadas, ya que no presenta síntomas hasta que se sufre su principal consecuencia: la fractura⁶”.*

Con motivo del **Día Mundial de la Osteoporosis** que se celebra hoy **20 de octubre**, FHOEMO, junto con la Sociedad Española de Investigación Ósea y Metabolismo Mineral (SEIOMM), la asociación de pacientes AECOSAR y la colaboración de la biotecnológica Amgen y la biofarmacéutica UCB, refuerzan la iniciativa [#206razones](#), centrándose en la prevención de las fracturas causadas por osteoporosis.

La osteoporosis es un problema de salud global que afecta a más de 300 millones de personas y causa más de 8,9 millones de fracturas en todo el mundo⁷. Según el estudio *“SCOPE 2021: a new scorecard for osteoporosis in Europe”*, casi 250.000 muertes al año en Europa son consecuencia directa de las fracturas de cadera o columna⁸.

En lo que se refiere a nuestro país, cerca de 3 millones de personas sufren esta patología ósea, en su mayoría mujeres^{9,10}. En concreto, el 22,5% de las mujeres y el 6,8% de los hombres mayores de 50 tienen osteoporosis, lo que provoca alrededor de 330.000 fracturas por fragilidad por año¹¹.

Implantación de Unidades de Fractura, clave para el diagnóstico precoz de la osteoporosis

La campaña **#206razones** pone especial foco este año en la necesidad de implantar Unidades de Fractura en todos los hospitales lo que permitiría mejorar las cifras de diagnóstico además de disminuir la importante carga económica y psicológica que suponen las fracturas por fragilidad. *“Actualmente contamos con alrededor de 70 unidades de este tipo en España, un número claramente insuficiente”*, comenta el Dr. Santiago Palacios.

Estas Unidades de Fractura, formadas por equipos multidisciplinares se antojan esenciales si tenemos en cuenta que las personas que han sufrido una fractura por fragilidad tienen un riesgo cinco veces mayor de tener una segunda fractura al cabo de un año¹².

“De esta forma se podrían evitar más de 1.200 fracturas por fragilidad al año, con un ahorro en el Sistema Nacional de Salud de 18,4 millones de euros anuales¹³”, ha explicado el **Dr. Manuel Naves**, presidente de SEIOMM. *“Es esencial identificar a estas personas y prevenir las fracturas secundarias. Para ello, utilizamos dos factores predictivos fundamentales como son: la edad y haberse fracturado previamente¹²”*.

Fracturas por fragilidad, causa de la pérdida de autonomía y calidad de vida

Por su parte, el Dr. Naves ha señalado que, *“se estima que en nuestro país las fracturas por fragilidad son responsables de la pérdida de unos 12 años de vida y el 80% de los pacientes que ha tenido al menos una fractura por fragilidad no está diagnosticado ni tratado¹⁴”*. Sin embargo, subraya, *“la atención médica sigue fallando en la mayoría de los pacientes y se producen muchas fracturas que podrían prevenirse”*.

Estos datos de incidencia de fracturas por fragilidad podrían empeorar, llegando a 420.000 en 2030, debido al progresivo envejecimiento de la población¹¹, razón por la que el Dr. Palacios ha insistido en la necesidad de concienciar acerca del cuidado de la salud de nuestros huesos. *“La osteoporosis y las fracturas por fragilidad han sido ignoradas durante demasiado tiempo en las políticas de salud, incluso, las estrategias y programas que se centran en el envejecimiento saludable y la salud de la mujer ignoran en muchos casos el impacto de la osteoporosis y la fragilidad, dejando a millones de personas, en su mayoría mujeres, sin acceso a la atención y el apoyo que necesitan para vivir una vida plena e independiente¹⁵⁻¹⁶”*.

Diversos estudios muestran que durante las primeras etapas de la pandemia se disminuyó en más de un 50% las tasas de exploraciones DEXA (densitometrías óseas), en tanto que se incrementó el riesgo de padecer fracturas por fragilidad, como consecuencia de la significativa disminución de la actividad física¹⁷⁻¹⁸.

Comunicación con el paciente, clave para el seguimiento y tratamiento de la osteoporosis

En relación a la atención y trato con los pacientes, el **Dr. Josep Vergés**, presidente de la Asociación Española Contra la Osteoporosis y la Artrosis (AECOSAR), ha destacado la necesidad de mejorar la información disponible sobre la osteoporosis y las fracturas por fragilidad, así como la comunicación entre los profesionales sanitarios y los pacientes con esta enfermedad. *“En el último estudio cualitativo OPDAR: Ruta asistencial del paciente con osteoporosis, se desprende la necesidad de mejorar las vías de comunicación entre médicos especialistas y de atención primaria con los pacientes con osteoporosis como vía para tener un control sobre la evolución de la enfermedad, desde la detección, seguimiento y tratamiento y evitar así las fracturas secundarias”.*

Para el Dr. **Manuel Naves**, presidente de la SEIOMM, una fórmula para mejorar la comunicación entre los profesionales sanitarios y los pacientes y, en definitiva, mejorar el seguimiento de la enfermedad radica en la implantación de Unidades de Fractura. Estas unidades, ha comentado, *“son fundamentales para el diagnóstico y tratamiento de la osteoporosis, ya que pueden contribuir a que el 70% de los pacientes con fracturas mantenga el tratamiento para prevenir una segunda¹⁹”.*

Carmen Sánchez, tesorera de AECOSAR y paciente de osteoporosis, ha comentado que *“la campaña #206razones hace hincapié en la importancia de mantener unos huesos sanos para lograr un envejecimiento saludable con razones de peso”.* Muchas de las razones responden a actividades cotidianas por las que merece la pena seguir cuidándose y que solo echamos de menos cuando no podemos realizarlas. Otras razones, muestran las principales consecuencias de la osteoporosis con el objetivo de hacer un llamamiento a la mejora de los hábitos de vida y lograr así un envejecimiento saludable.

La actriz y cantante **Lolita Flores** se ha unido este año a la campaña #206razones con el fin de recordar a toda la población la importancia de acudir al médico para prevenir las fracturas por fragilidad, la consecuencia más grave de la osteoporosis. *“Me he sumado a #206razones porque soy mujer y tengo una familia que aún me necesita, porque quiero seguir cuidando a mi nieto y verlo crecer, por mi público, pero, sobre todo, por mi”*, explica la actriz. *“Ninguno de nosotros, ni mujeres ni hombres, queremos que nuestra vida se pare a causa de una fractura ósea. Por eso animo a todas las personas que ya han cumplido los 50 a hacer lo posible para prevenir las, acudiendo al médico, que es el que mejor puede aconsejarnos”.*

#206 razones

La campaña #206razones debe su nombre a los 206 huesos que forman el esqueleto humano pero, al mismo tiempo, son el número de motivos para cuidar la salud de nuestros huesos. Este es el espíritu de la nueva campaña que ha lanzado la Fundación Hispana de Osteoporosis y Enfermedades Óseas (FHOEMO), junto con la Sociedad Española de Investigación Ósea y Metabolismo Mineral (SEIOMM) y la asociación de pacientes AECOSAR, con la colaboración de la biotecnológica Amgen y la biofarmacéutica UCB.

A través de estas 206 razones, muchas de ellas acciones sencillas y cotidianas que nos gusta hacer en nuestro día a día y que no somos realmente conscientes de lo felices que nos hacen hasta que vivimos unas restricciones como las de la etapa de confinamiento.

Esta campaña recuerda también a la población los motivos clínicos para mejorar los hábitos de vida y lograr un envejecimiento saludable. Para ello, FHOEMO invita a todo el que quiera a sumarse al movimiento #206razones y a compartir en las redes sociales su motivo o motivos para cuidarse.

Conoce más información sobre la osteoporosis y la prevención de las fracturas por fragilidad en:
www.206razones.com

Para más información: Teresa del Pozo / Andrea Extremiana

tdelpozo@torresycarrera.com

aextremiana@torresycarrera.com

Torres y Carrera 676 605 101- 678 866 314

REFERENCIAS

- (1) Fuggle NR, Singer A, et al. Correction to: How has COVID-19 affected the treatment of osteoporosis? An IOF-NOF-ESCEO global survey. *Osteoporos Int.* 2021;32(4):801. doi: 10.1007 / s00198-020-05793-3
- (2) Sisó-Almirall A, Kostov B, Sánchez E, Benavent-Àreu J, González-de Paz L. Impact of the COVID-19 Pandemic on Primary Health Care Disease Incidence Rates: 2017 to 2020. *Ann Fam Med.* 2021 Sep 24:2731. doi: 10.1370/afm.2731.
- (3) Sisó-Almirall A, Kostov B, Sánchez E, Benavent-Àreu J, González-de Paz L. Impact of the COVID-19 Pandemic on Primary Health Care Disease Incidence Rates: 2017 to 2020. *Ann Fam Med.* 2021 Sep 24:2731. doi: 10.1370/afm.2731.
- (4) Yamada M, Kimura Y, Ishiyama D, et al. Effect of the COVID-19 Epidemic on Physical Activity in Community-Dwelling Older Adults in Japan: A Cross-Sectional Online Survey. *J Nutr Health Aging.* 2020;24(9):948-950.
- (5) Boreskie KF, Hay JL, Duhamel TA. Preventing Frailty Progression during the COVID-19 Pandemic. *J Frailty Aging.* 2020;9(3):130-131. doi: 10.14283/jfa.2020.29
- (6) Vokó Z, et al. *J Eval Clin Pract.* 2017;23:1375–80
- (7) Reginster JY, Burlet N. Osteoporosis: A still increasing prevalence. *Bone.* 2006 Feb;38 (2 Suppl 1):S4-9.
- (8) John A. Kanis & Nicholas Norton & Nicholas C. Harvey & Trolle Jacobson & Helena Johansson & Mattias Lorentzon & Eugene V. McCloskey & Carl Willers & Fredrik Borgström: SCOPE 2021: a new scorecard for osteoporosis in Europe.
- (9) PD. 1997. Clinical consequences of vertebral fractures. *Am J Med* 103(2a): 30S-42S; discussion 42S-43S.
- (10) Muñoz-Torres M, Varsavsky M and Avilés Pérez MD. Osteoporosis. Definición. *Epidemiología. Rev OsteoporosMetab Miner* 2010;2 (Supl 3): S5-S7.
- (11) Ström O. Osteoporosis: burden, health care provision and opportunities in the EU: a report prepared in collaboration with the International Osteoporosis Foundation (IOF) and the European Federation of Pharmaceutical Industry Associations (EFPIA).
- (12) van Geel TA, van Helden S, Geusens PP, et al. 2009. Clinical subsequent fractures cluster in time after first fractures. *Ann Rheum Dis* 68(1): 99-102
- (13) Huesos rotos, vidas: guía para mejorar la atención a las fracturas por fragilidad en España. Más información: http://share.iofbonehealth.org/EU-6 Material/Reports/IOF%20Report_SPAIN_DIGITAL_SP.pdf
- (14) Moro M. J., Casado E. (2019). Osteoporosis y fracturas: nuevos avances y una llamada de atención sobre sus repercusiones. *El Periodo* 2009 – 2019 en salud: una década prodigiosa. 14:139 – 147.
- (15) International Osteoporosis Foundation. 2018. Broken bones, broken lives: A roadmap to solve the fragility fracture crisis in Europe. Nyon: IOF
- (16) European League Against Rheumatism (EULAR). 2017. RheumaMap. A Research Roadmap to transform the lives of people with Rheumatic and Musculoskeletal Diseases. Brussels: EULAR
- (17) Peeters JJM, van den Berg PAG, van den Bergh JP, et al. Osteoporosis care during the COVID-19 pandemic in the Netherlands: A national survey. *Arch Osteoporos.* 2021; 16(1):11.
- (18) Fuggle NR, Singer A, et al. Correction to: How has COVID-19 affected the treatment of osteoporosis? An IOF-NOF-ESCEO global survey. *Osteoporos Int.* 2021;32(4):801. doi: 10.1007 / s00198-020-05793-3
- (19) Estudio OPDAR – Ruta asistencial del paciente con osteoporosis. *Osteoarthritis Foundation International (OAFI).* 2021.