



**OSTEOPOROSIS**  
**European tour**



## UN MOTIVO PARA LA ESPERANZA

***La osteoporosis es una enfermedad fácil de diagnosticar, con muchos tratamientos disponibles que reducen considerablemente el riesgo de fractura***

**Madrid, 15 de abril de 2002.-** La Fundación Hispana de Osteoporosis y Enfermedades Metabólicas Óseas (FHOEMO), junto con la International Osteoporosis Foundation (IOF), lidera este movimiento contra la osteoporosis con el objetivo de motivar a la sociedad, para que tome conciencia de su propia salud.

Cuando una persona padece osteoporosis sus huesos se debilitan y se pueden producir fracturas incluso cuando se desarrolla una actividad física normal, como coger algo de peso. Las consecuencias de esta enfermedad son dolor, pérdida de movimiento, incapacidad de desarrollar la actividad diaria. Seis meses después de una fractura osteoporótica, 1 de cada 2 mujeres no pueden vestirse por sí mismas y 5 de cada 6 no pueden andar sin ayuda.

**Llamamiento de la OMS.-** La Organización Mundial de la Salud OMS destaca la importancia de adoptar un modo de vida saludable que ayude a no perder masa ósea y, por tanto, prevenir las fracturas.

Entre las medidas convenientes a tomar, cabe destacar una alimentación rica en calcio diariamente, no fumar, moderar el consumo de alcohol, dar paseos largos al aire libre, evitar la vida sedentaria, realizar ejercicios físicos especiales diarios y acudir a un control médico para saber el estado real de los huesos.

Actualmente, existe un tratamiento eficaz para la osteoporosis que reduce el riesgo de sufrir fracturas y proporciona mayor calidad de vida.

**Lucha contra la osteoporosis.-** El futuro de la lucha contra la enfermedad pasa ineludiblemente por los nuevos desafíos que se presentan, a pesar de los logros conseguidos:

- ? Mayor conocimiento sobre la enfermedad.
- ? La extensión de la tecnología basada en la densitometría ósea.
- ? Existencia de asociaciones y fundaciones específicas para prevenir y tratar la osteoporosis.
- ? Gran repercusión y reconocimiento de la enfermedad.
- ? Asequibilidad de los tratamientos efectivos a todos.

El movimiento contra la osteoporosis ha recorrido un largo camino aunque queda mucho por hacer en el campo de reembolso de los costes sanitarios y disponibilidad de test de diagnóstico y tratamientos.