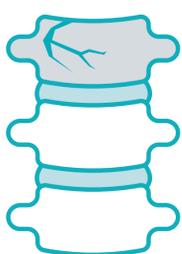


20 de octubre

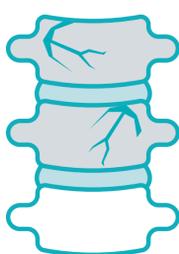
Día mundial de la osteoporosis



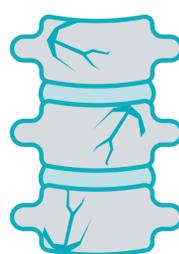
DIAGNÓSTICO PRECOZ, HÁBITOS SALUDABLES Y ADHERENCIA COMO FACTORES CLAVE PARA PREVENIR Y COMBATIR LA OSTEOPOROSIS¹



1 de cada 4 mujeres de >50 años tienen una fractura vertebral¹



20% de las mujeres sufrirán **otra fractura** durante el primer año²



Sin tratamiento, **una fractura precede a otra**³



50-80%

Las **terapias farmacológicas** reducen el riesgo de fracturas un **50-80%** durante 6-12 meses⁴

LA FRACTURA VERTEBRAL POR FRAGILIDAD TIENE UN IMPACTO "SEVERO" EN:⁵



Dolor



Discapacidad



Actividades de la vida diaria



Calidad de vida

EL PILAR DE LA PREVENCIÓN⁶

Dieta saludable con suficiente calcio y proteínas

Ejercicio de fortalecimiento muscular

Tabaquismo y alcohol como hábitos a evitar

Conciencia sobre los **factores de riesgo**

Exposición solar controlada como fuente de **vitamina D**

Índice de masa corporal >19 para una buena salud ósea

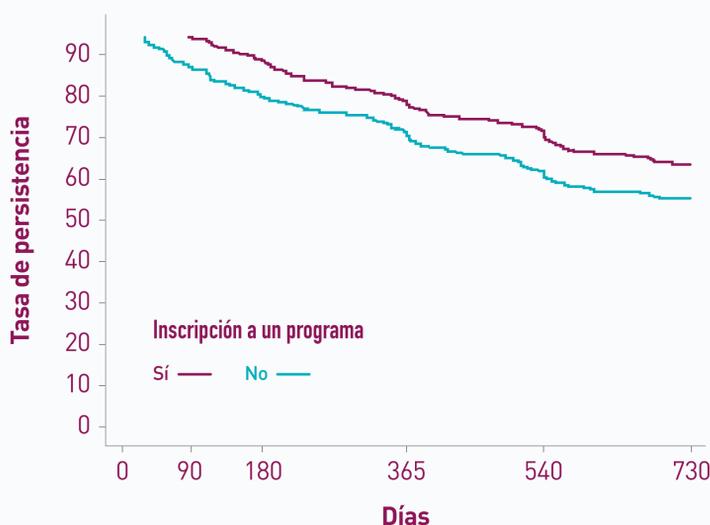
Diagnóstico precoz y tratamiento **personalizado** cuando sea necesario



Actúe por la salud ósea analizando sus factores de riesgo

© International Osteoporosis Foundation

¿QUÉ APORTAN LOS PROGRAMAS DE SOPORTE AL PACIENTE?⁷



Mayor **adherencia y persistencia**⁸ de la medicación



Beneficios en cuanto a **resultados clínicos**

⁸Definida como el número de días de utilización continua de la medicación durante un periodo específico.

1. Cooper C, O'Neill T, Silman A. The epidemiology of vertebral fractures. European Vertebral Osteoporosis Study Group. Bone. 1993;14 Suppl 1:S89-97; **2.** Lindsay R, Silverman SL, Cooper C, Hanley DA, Barton I, Broy SB, et al. Risk of new vertebral fracture in the year following a fracture. JAMA. 2001;285(3):320-323; **3.** Melton LJ 3rd, Atkinson EJ, Cooper C, O'Fallon WM, Riggs BL. Vertebral fracture predict subsequent fractures. Osteoporos Int. 1999;10(3):214-221; **4.** Identifica los signos de fractura vertebral [Internet] International Osteoporosis Foundation [citado 14 sep 2023] Disponible en: https://www.osteoporosis.foundation/sites/iosbonehealth/files/2019-06/2018_VertebralFracture_Infographic_Spanish.pdf; **5.** Suzuki N, Ogikubo O, Hansson T. The course of the acute vertebral body fracture: its effect on pain, disability and quality of life during 12 months. Eur Spine J. 2008;17(10):1380-1390; **6.** Prevention [Internet] International Osteoporosis Foundation [citado 14 sep 2023] Disponible en: <https://www.osteoporosis.foundation/patients/prevention>; **7.** Sato M, Tsujimoto M, Kajimoto K, Uetake H, Shimoda H, Fujiwara S. Effect of a patient-support program on once-daily teriparatide adherence and persistence in the Japan Fracture Observational Study (JFOS). Arch Osteoporos. 2018;13(1):74; **8.** Dilla T, Valladares A, Lizán L, Sacristán JA. Adherencia y persistencia terapéutica: causas, consecuencias y estrategias de mejora. Aten Primaria. 2009;41(6):342-348.

Con la **colaboración de:**

