

Osteoporosis inducida por glucocorticoides

- La osteoporosis inducida por glucocorticoides es la causa más frecuente de osteoporosis secundaria, y se asocia a la presencia de **fracturas** hasta en un **30- 50% de casos**¹
- **Los glucocorticoides pueden producir pérdida de hueso**, que es especialmente rápida en los primeros 3-6 meses de tratamiento, aumentando el riesgo de fractura, especialmente de fractura vertebral²
- No todos tienen el mismo efecto. **Los corticoides inhalados a dosis bajas y los tópicos son más seguros**. Sin embargo, los tratamientos orales e inhalados a dosis elevadas pueden venir acompañados de un aumento en el riesgo de fractura²

GRUPOS POBLACIONALES DE RIESGO²



Entre los hábitos de vida saludable están:



Tomar una **dieta rica en lácteos**²



Evitar fumar o beber alcohol²



Hacer ejercicio de manera regular, consultando siempre con su médico²



La osteoporosis es una enfermedad indolora hasta que ocurre una fractura. Por lo tanto, no tener dolor no quiere decir que no pueda tener osteoporosis²

Si las dosis de glucocorticoides se disminuyen demasiado rápido o se interrumpen bruscamente puede ser peligroso. Por tanto, uno mismo nunca debe reducir o interrumpir su dosis de glucocorticoides sin consultar a su doctor²

Bibliografía. 1. Naranjo A, Díaz P, Aguado MP, Arboleya L, Casado E, Casteñeda S, et al. Recomendaciones de la Sociedad Española de Reumatología sobre osteoporosis. *Reumatol Clin.* 2019;15(4):188-210. 2. Glucocorticoid-induced osteoporosis. [Internet]. International Osteoporosis Foundation. [Citado 3 Septiembre 2020]. Disponible en: <https://www.iofbonehealth.org/data-publications/fact-sheets/glucocorticoid-induced-osteoporosis>.