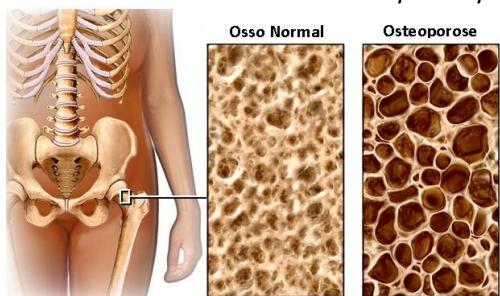


**20 de Outubro
DIA MUNDIAL DA LUTA
CONTRA A OSTEOPOROSE**

A OSTEOPOROSE é uma doença que acomete mulheres após a menopausa e homens a partir dos 70 anos, por perda de massa óssea e consequente aumento do número de fraturas e perda de qualidade de vida.

No Brasil estima-se que 10 milhões de pessoas tenham osteoporose, com um grande número de fraturas de quadril, vértebras e punhos decorrentes da doença.

No Brasil há 121 mil fraturas de quadril por ano, sendo



que 18 a 34% dos pacientes morrem dentro de 6 meses e 12 a 20% em um ano após a fratura.

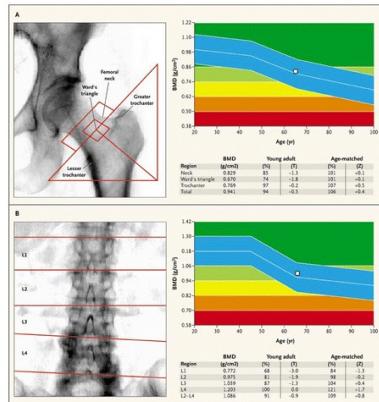
Além disso, 40% dos pacientes ficam incapacitados de realizar tarefas simples, como levantar e sentar-se, subir escadas ou andar sem ajuda.

CAUSAS

Idade, uso de cortisona, anticonvulsivantes, quimioterapia, cigarro, bebidas alcoólicas, dieta pobre em cálcio, principalmente nas fases de crescimento, falta de exposição ao sol, cirurgia bariátrica, doenças intestinais, reumáticas e muitas outras.

DIAGNÓSTICO

O diagnóstico é feito pela DENSITOMETRIA ÓSSEA e complementado por RX da coluna e exames de sangue, como dosagem da Vitamina D e de perda de cálcio na urina. Os exames devem ser repetidos anualmente.



QUEM DEVE SE TRATAR

Quem tem osteoporose na densitometria óssea, os grupos de risco para a doença, pacientes com osteopenia associada a uma fratura e aqueles em que o médico considera útil e necessário.



MEDICAÇÕES

Anti-reabssortivos, impedem a perda de cálcio do osso
Formadores de osso
Cálcio associado a vitamina D

MEDIDAS GERAIS

Consulta com nutricionista para dieta rica em cálcio
Exposição ao sol para fixar a vitamina D
Caminhadas, exercícios e dança para fortalecimento da musculatura e consequente diminuição de quedas.

OBJETIVOS

Melhorar a qualidade de vida, diminuir o risco de fraturas, aumentar o tempo de vida do paciente.



siga-nos no Twitter: **@Clinica_da_Vila**

marque sua consulta pelo e-mail:
clinicadavila@uol.com.br
mais fácil e mais prático

ou pelos telefones
2958-6122 – 2792-6122
2792-6120 – 3637-7473