SOCIEDAD ESPAÑOLA DE ENDOCRINOLOGIA PEDIÁTRICA

FUNDACIÓN SEEP

20 de octubre

DÍA MUNDIAL DE LA

OSTEOPOROSIS

1 DEFINICIÓN:

La **OSTEOPOROSIS** se define como **"pérdida de masa ósea"**.
Es típica de la edad adulta avanzada (sobre todo mujeres durante la menopausia).

En la **infancia** se puede clasificar como:

- **PRIMARIA** (osteogénesis imperfecta, osteoporosis infantil idiopática).
- **SECUNDARIA** a otras afecciones: tratamiento oncológico, enfermedades neuromusculares o inflamatorias crónicas, que impiden la adquisición correcta de masa ósea.

La salud ósea también se construye en la infancia.

2 PREVENCIÓN: El momento clave

El depósito mineral óseo se inicia **durante el desarrollo intrauterino.**

La masa ósea **aumenta** desde el nacimiento progresivamente hasta los **20-25 años.**

Los 3 primeros años de vida y la adolescencia son etapas fundamenteles para lograr un pico de masa ósea correcta.

Las patologías crónicas en esta edad pueden interferir en la adquisición de una adecuada masa ósea.

3 ¿CÓMO SE DETECTA? (Síntomas y diagnóstico)

Síntomas:

Por lo general la osteoporosis en la **infancia** es asintomática.
Se puede sospechar si existe:

- Deformidades esqueléticas
- Dolor óseo
- Escleras azuladas (parte blanca de los ojos)
- Retraso de crecimiento
- Laxitud de piel y ligamentos

¡Alerta principal!

Fracturas óseas recurrentes ante traumatismos mínimos en extremidades inferiores y/o compresiones vertebrales.

Diagnóstico:

No existe un marcador **bioquí**mico que informe de la densidad ósea.
Ante la sospecha clínica se realiza una densitometría ósea.
Es una prueba radiológica, no dolorosa.

4 TRATAMIENTO Y CUIDADOS

El abordaje médico se basa en cinco pilares básicos:

1 Nutrición:
Debe favorecerse el aporte de calcio en la dieta (lácteos y derivados). En general no son necesarios suplementos de calcio salvo si la dieta es muy restrictiva.

2 Actividad física:
Promoción del ejercicio físico adaptado para estimular el depósito mineral óseo.

3 Manejo de la patologías asociadas:
Minimizar el riesgo de caídas, concienciar a los profesionales que tratan patologías crónicas de la importancia de preservar la salud ósea.

4 Vitamina D:
Prescripción de suplemento en caso de déficit verificado, siempre bajo indicación médica.

5 Tratamiento avanzado:
En caso de fracturas de repetición su médico evaluará la necesidad de prescribir **Bifosfonatos.**

GRUPO DE TRABAJO DE METABOLISMO FOSFOCÁLCICO

SEEP · Sociedad Española de Endocrinología Pediátrica

www.seep.es

#DíaMundial #SEEP #Osteoporosis