

Introducción

Aproximadamente 28 millones de estadounidenses padecen de osteoporosis o corren un alto riesgo de que se manifieste en ellos; el 80% de estas personas son mujeres. Se calcula que esta cifra alcanzará los 41 millones para el año 2015 a menos que se tomen pasos para prevenir la enfermedad. Una de cada dos mujeres y uno de cada 8 hombres están propensos a padecer en su vida de una fractura a causa de la osteoporosis. La osteoporosis es la causa de más de 1.5 millones de fracturas anualmente, con costos asociados de atención médica de aproximadamente \$14 billones de dólares anualmente. Aproximadamente 50,000 personas mueren cada año a raíz de complicaciones relacionadas con fracturas de la cadera causadas por la osteoporosis.

Casi una tercera parte de las mujeres de por lo menos 45 años de edad tiene como mínimo un factor de riesgo del surgimiento de la osteoporosis, y una quinta parte tiene dos factores de riesgo. A pesar de esto, una encuesta “Gallup” reciente indica que tres de cada cuatro mujeres nunca han hablado con su médico acerca de esta enfermedad. Otras encuestas indican que aunque la mayoría de las mujeres han oído hablar de la osteoporosis, muy pocas conocen su perfil de riesgo individual, los pasos que ellas pueden tomar para prevenirla y cómo se diagnostica y se trata esta enfermedad.

Debido a que el riesgo del surgimiento de la osteoporosis puede ser determinado fácilmente y que hay nuevos métodos de diagnóstico y tratamiento disponibles, existe una gran oportunidad para reducir la incidencia de la osteoporosis y de sus fracturas incapacitantes en Florida. La disminución en la incidencia y las consecuencias de la osteoporosis requerirá la educación del público acerca de ésta, el trabajo para lograr cambios de conducta que reducirán la incidencia de la osteoporosis y sus fracturas debilitantes, y la facilitación de un mejor acceso para hacer pruebas de detección y tratar a aquellas personas que corren riesgo o que padecen de osteoporosis.

En 1996, la legislación de Florida promulgó la ley F.S. 381.87 la cual creó el Programa para la Prevención y la Educación sobre la Osteoporosis (Osteoporosis Prevention and Education Program). El objetivo de este programa es “establecer, promover y mantener un programa para la prevención y la educación sobre la osteoporosis para promover la educación pública acerca de las causas de la osteoporosis, las opciones para su prevención, el valor de la detección en una fase temprana, y los posibles tratamientos, incluidos los beneficios y riesgos de esos tratamientos” (F.S. 381.87). Se asignaron fondos para este programa a partir de julio de 1998 y se creó una sociedad entre el Departamento de Salud y el Departamento sobre Asuntos de la Tercera Edad para que estos servicios sean accesibles para los ciudadanos de Florida de todas las edades.

Un comité de consulta formado por profesionales del cuidado de la salud, defensores, promotores, consumidores y representantes de agencias estatales fue designado para ayudar a las dos agencias a llevar a cabo el mandato legislativo. La misión del comité es promover la prevención y la educación sobre la osteoporosis en el estado de Florida con la meta de disminuir la incidencia de la osteoporosis, las muertes relacionadas con ésta y las fracturas incapacitantes en los residentes de Florida, por medio de la educación pública y profesional. El comité de consulta y el personal del Departamento de Salud han preparado esta guía educativa, por medio de la adaptación de materiales desarrollados por el Departamento de Salud Pública de Massachussets (Massachusetts Department of Public

Health), como un esfuerzo para educar al público acerca de la osteoporosis, su prevención y tratamiento. La visión del comité de consulta en la creación de esta guía educativa es la formación de un programa de educación para la comunidad a lo largo del estado utilizando a educadores capacitados para educar a los ciudadanos de Florida acerca de los pasos que ellos pueden tomar para la prevención de la osteoporosis o para su detección en una fase temprana antes de que se presenten las fracturas.

Los miembros del comité de consulta y el personal del Programa para la Prevención y la Educación sobre la Osteoporosis están contentos de que usted está ayudando a propagar conocimientos y a educar al público acerca de la osteoporosis, sus factores de riesgo, prevención, diagnóstico y tratamiento.

Propósito: Proporcionar un programa educativo de amplio alcance en la comunidad para educar al público acerca de la prevención, el diagnóstico y el tratamiento de la osteoporosis. El grupo de interés incluirá pero no estará limitado a las mujeres de entre los 20 y los 60 años de edad de grupos rurales, grupos con acceso deficiente a servicios y grupos de minorías. El currículo para adultos “Constructores de Huesos” (“Bone Builders”) desarrollado por el Programa de Florida para la Prevención y la Educación sobre la Osteoporosis será utilizado para este programa educativo.

Objetivos: son el aumento de la educación acerca de la osteoporosis, sus factores de riesgo y los pasos que pueden ser tomados para prevenir la enfermedad y reducir el riesgo de fracturas.

Metas: La sesión de capacitación junto con este manual, le proporcionará los antecedentes informativos necesarios para convertirse en un educador preparado con conocimientos en los temas relacionados a la osteoporosis. Las metas de la capacitación son:

- Proporcionar estrategias y técnicas para preparar presentaciones y educar adultos.
- Proporcionar una educación general acerca de la osteoporosis y de sus consecuencias personales y económicas.
- Proporcionar conocimientos básicos acerca de la reestructuración ósea y los cambios en la masa ósea a lo largo del ciclo de la vida.
- Proporcionar información detallada acerca de los factores de riesgo de la osteoporosis, su prevención, diagnóstico y tratamiento.

Usted debe utilizar este manual cuando se prepare para sus presentaciones educativas. No obstante, si usted tiene alguna pregunta para la cual no pueda encontrar una respuesta o no entiende alguna información específica, contacte al supervisor del Programa para la Prevención y la Educación sobre la Osteoporosis. Si usted no está seguro acerca de cómo responder a una pregunta que surge durante una presentación, informe al participante que usted no sabe la respuesta. Si la pregunta no es médica, apunte el nombre y el número telefónico del participante e infórmele que usted le llamará. Si la pregunta es médica, informe al participante que debe contactar a su médico. ***Nunca dé información a menos que esté seguro de que ésta es correcta.***

Como educador, usted está ayudando a disminuir la incidencia de la osteoporosis y de sus fracturas incapacitantes en el estado de Florida por medio de la educación pública. Estamos agradecidos por su interés en formar parte de esta misión importante.