

Florida
Osteoporosis
Prevention
& Education Program

Programa de prevención y educación sobre la osteoporosis de Florida El hombre y la osteoporosis

La osteoporosis, una enfermedad que hace que el esqueleto se debilite y que se quiebren los huesos, hoy día es una gran amenaza para más de 2 millones de hombres en los Estados Unidos. Afecta a casi la mitad de la población--mujeres y hombres--mayor de 75 años. Antes de los 90 años de edad, un 6% de todos los hombres se fracturarán la cadera a razón de la osteoporosis. Se calcula que de una quinta a una tercera parte de todas las fracturas de la cadera las padecen los hombres y que las fracturas vertebrales sintomáticas del hombre ocurren con un 50% de la frecuencia de las de la mujer.

La osteoporosis la contrae el hombre con menor frecuencia que la mujer debido a que el hombre tiene un esqueleto más grande, la pérdida de hueso comienza más tarde y progresa más lentamente, y no existe un período de cambio hormonal rápido junto con la pérdida de hueso rápida. Sin embargo, en los últimos años, se ha reconocido que el problema de la osteoporosis en el hombre es un asunto importante de la salud pública, en especial por los cálculos que señalan que el número de hombres mayores de 70 años se duplicará entre los años 1993 y 2050.

Aunque la mujer pierda masa ósea rápidamente en los años postmenopáusicos, a los 65 o 70 años, las mujeres y los hombres pierden masa ósea al mismo ritmo y la absorción de calcio disminuye en ambos sexos.

¿Cuáles son los factores de riesgo para el hombre?

- La exposición prolongada a ciertos medicamentos, como los esteroides utilizados para el tratamiento del asma, la artritis u otras enfermedades, anticonvulsivos, ciertos tratamientos para el cáncer y antiácidos que contienen aluminio.
- Las enfermedades crónicas que afectan los riñones, los pulmones, el estómago y los intestinos o alteran los niveles de las hormonas.
- Niveles bajos no diagnosticados de la hormona sexual testosterona.
- Costumbres no saludables (p.ej., fumar tabaco, uso excesivo de alcohol, consumo de calcio reducido, insuficiente ejercicio).
- La edad: Entre mayor sea, mayor será su riesgo
- Herencia.
- La raza: Los hombres blancos parecen correr el más alto riesgo, pero todos los hombres pueden contraer esta enfermedad.