

# Detección de osteoporosis para prevenir fracturas

**El Equipo de Trabajo de Servicios Preventivos de los EE. UU. (US Preventive Services Task Force, USPSTF) publicó recientemente recomendaciones para la detección de la osteoporosis con el fin de prevenir las fracturas óseas en adultos.**

## La osteoporosis y riesgo de fractura

Los huesos se descomponen y se reconstruyen constantemente durante toda la vida. Con la edad, el índice de osteopenia comienza a superar el índice de reconstitución ósea. Con el tiempo, esto puede llevar a una densidad mineral ósea (DMO) baja y, en última instancia, a la **osteoporosis** (densidad ósea baja grave). Las personas con osteoporosis tienen más probabilidades de tener fracturas, especialmente después de un traumatismo, como una caída. Las fracturas de cadera en particular pueden causar problemas para toda la vida, como discapacidad, dolor crónico y una calidad de vida disminuida.

En las mujeres, la disminución de los niveles de estrógeno que ocurre durante la menopausia lleva a una mayor ruptura ósea. Como consecuencia, las mujeres posmenopáusicas tienen un mayor riesgo de tener osteoporosis comparado con los hombres y con las mujeres que no atravesaron la menopausia. Otros factores de riesgo de la osteoporosis incluyen fumar, consumir alcohol en exceso, peso corporal bajo y antecedentes de fractura de cadera de uno de los padres. Se pueden utilizar varias herramientas de evaluación de riesgo para calcular el riesgo de osteoporosis en función de estos factores.

## ¿Qué pruebas se usan para detectar la osteoporosis?

La prueba de detección que se utiliza con más frecuencia para detectar la osteoporosis es un tipo especial de radiografía que mide la densidad mineral ósea, denominada **radioabsorciometría de doble energía** (dual-energy x-ray absorptiometry, DXA). La mayoría de las pruebas de DXA realizadas son DXA centrales, lo cual significa que observan los huesos "centrales" del cuerpo, incluida la cadera y la columna vertebral. Se considera que estas ubicaciones son las mejores para medir la DMO. En ocasiones, se realiza la prueba de DXA periférica en un hueso como el antebrazo o el talón. La ecografía es otro método para observar los huesos periféricos y para evaluar el riesgo de osteoporosis sin medir la DMO.

## ¿Cuál es la población de pacientes que se considera para las pruebas de detección de la osteoporosis?

Esta recomendación del USPSTF se aplica a todos los adultos que no tienen antecedentes de fracturas, no tienen un riesgo elevado de caídas, no tienen otras afecciones médicas que puedan causar osteoporosis (como enfermedad tiroidea) y no están tomando medicamentos (como glucocorticoides) que podrían causar osteoporosis.

## ¿Cuáles son los posibles beneficios y daños de la prueba de detección de la osteoporosis?

El objetivo de la detección de la osteoporosis es encontrar y tratar la afección para evitar, en última instancia, las fracturas. Existe evidencia que indica que las pruebas de DXA para la detección de la osteoporosis son exactas y que tratar la osteoporosis también sirve para prevenir las fracturas. Los posibles daños de la detección

son pocos, ya que la prueba de DXA no es invasiva, es precisa y presenta efectos secundarios mínimos. Los posibles daños de los efectos secundarios del tratamiento con los medicamentos para la osteoporosis también son pequeños.

## ¿Qué tan firme es la recomendación de realizar los estudios de detección para la osteoporosis?

Para todas las mujeres mayores de 65 años y para las mujeres posmenopáusicas menores de 65 años que tienen un riesgo mayor de osteoporosis (según lo determinado por la herramienta para el cálculo del riesgo), el USPSTF concluye con moderada certeza que los beneficios potenciales de las pruebas de detección de osteoporosis superan los daños potenciales. Para los hombres, no hay evidencia suficiente para evaluar el equilibrio entre daños y beneficios.

Detección de osteoporosis para prevenir fracturas	
<b>Población</b>  <b>MUJERES</b> De 65 en adelante	<b>Clasificación de recomendaciones del USPSTF</b>  <b>Recomendado</b>
 <b>POSMENOPÁUSICAS</b> Las mujeres menores de 65 años y que son posmenopáusicas y tienen más riesgo de osteoporosis.	 <b>Recomendado</b>
 <b>HOMBRES</b>	 <b>Declaración</b> La evidencia es <b>insuficiente</b> para realizar una recomendación.

### PARA OBTENER MÁS INFORMACIÓN

US Preventive Services Task Force

<https://www.uspreventiveservicestaskforce.org/Page/Document/RecommendationStatementFinal/osteoporosis-screening1>



Para encontrar esta y otras Hojas para el paciente de JAMA, visite la colección Para pacientes en [jamanetworkpatientpages.com](http://jamanetworkpatientpages.com).

**Autor:** Dra. Jill Jin, MPH

**Fuente:** el Equipo de Trabajo de Servicios Preventivos de EE. UU. (US Preventive Services Task Force). Detección de la osteoporosis para prevenir fracturas: declaración de recomendación del Equipo de Trabajo de Servicios Preventivos de los EE. UU. [publicado el 26 de junio de 2018]. *JAMA*. doi:10.1001/jama.2018.7498

La Hoja para el paciente de JAMA es un servicio público de JAMA. La información y las recomendaciones que aparecen en esta hoja son adecuadas en la mayoría de los casos, pero no reemplazan el diagnóstico médico. Para obtener información específica relacionada con su afección médica personal, JAMA le sugiere que consulte a su médico. Los médicos y otros profesionales de atención médica pueden fotocopiar esta hoja con fines no comerciales para compartirla con los pacientes. Para comprar reimpresiones en grandes cantidades, llame al 312/464-0776.