



MEDICINA

ORTOPEDIA E TRAUMATOLOGIA

Campagna a tutto campo per prevenire l'osteoporosi

Cause, sintomi e terapie di una patologia che colpisce soprattutto le donne illustrati dal presidente del **Siot**

Simonetta Caminiti

■ Il "bollino rosa", in un ospedale, è un bel riconoscimento. Lo assegna l'Osservatorio Nazionale sulla salute della donna, e premia, da questo mese d'aprile, la prevenzione dell'osteoporosi, patologia che colpisce una donna su tre dopo i 50 anni. Esami strumentali, incontri informativi e visite gratuite: ecco le precauzioni per questa malattia asintomatica nel suo esordio, ma che tante donne si ritrovano sottopelle, nella gracilità delle proprie ossa. E che invece, colta sul nascere, possono schiacciare sotto i tacchi. 18 regioni (per 109 ospedali) hanno aderito alla campagna di sensibilizzazione. È il presidente di **Siot** (Società italiana di ortopedia e traumatolo-

gia), Paolo Cherubino (nella foto), a spiegarci, anzitutto, come mai il sesso femminile sia il più colpito. «Le donne sono esposte all'osteoporosi dagli ormoni, dalle abitudini alimentari e dallo stile di vita». Emerge subito un dato curioso: «Le alimentazioni troppo attente alla linea, povere di grassi, di calcio, di vitamina D, e la vita sedentaria, caratterizzano più il sesso femminile che quello maschile. Ma soprattutto in paesi come il nostro. Le tedesche, per esempio, sono meno esposte». Dunque, più imitiamo gli uomini più potremmo tenere a bada questa patologia? «Sarebbe utile. Nei paesi nordici, fanno un consumo di proteine e di pesce azzurro (ricco di vitamina D, uno dei rimedi per l'osteoporosi) che qui non è così diffuso. Non tutti sanno che questa malattia è favorita da fattori specifici

ci e si presenta in diverse categorie. «In quanto decalcificazione fisiologica - continua il professore - è un problema che interessa tutti, con l'invecchiamento. Ma il livello patologico, è influenzato da eventuali "comorbidi" (fattori ormonali della tiroide, per esempio); o l'inattività. Eguale alle "mode" diffuse per le diagnosi». In che senso? «La mineralometria ossea è un esame sempre più usato. Ma il suo risultato (che stabilisce la quantità di minerali contenuti nelle nostre ossa) può essere fuorviato da fattori momentanei». Prevenire: come, quando e perché? «Con un check completo sulle malattie che favoriscono l'osteoporosi. Ci sono poi esami quali radiografie e tac, che ci danno indicazio-

ni all'epoca della menopausa. **Siot** ha un piano di educazione rivolto a medici e cittadini. Con le Regioni trattiamo mesi di prevenzione con test specifici». L'ascendenza familiare (fattore genetico) ha un grosso peso nella casistica. E le terapie sono sempre un caso personale, che i medici adattano ai pazienti, ma con due macrocategorie a seconda del sesso: le terapie a indirizzo delle donne possono essere a base di estrogeni. «Le istituzioni devono aiutarci - conclude Cherubino - a informare la gente e a organizzare la sanità, a svecchiarla, a ricordarla con la politica». Nel frattempo, in estate, la vitamina D si sparge generosa attraverso i raggi del sole. Una stagione da bollino rosa.



36 | Speciali Salute & Benessere

MEDICINA

Campagna a tutto campo per prevenire l'osteoporosi

L'agopuntura come cura d'elezione

I tuoi valori a portata di mano

Qui Puoi

Automatici del sangue, in farmacia per controllare il tuo stato di salute

Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.