

Area Pubblica | Area Medica

Glossario

Newsletter

Network

paginemediche.it
News

- Home
- News
- Magazine
- Medicina e Prevenzione
- Benessere
- Esperto risponde
- Agenda
- Salute sul web
- Medici On Line
- Video
- Farmaci **NEW!**

Dimensione carattere: A | A | A



Ortopedia e traumatologia

Osteoporosi: la malattia che corrode le ossa

L'**osteoporosi** rappresenta un problema di salute pubblica che non va sottovalutato, anche alla luce del progressivo aumento dell'aspettativa di vita della popolazione. Si stima che nel 2025 in Europa 33,9 milioni di persone soffriranno di **osteoporosi** (il 25% in più rispetto ad oggi).

Attualmente in Italia l'osteoporosi **interessa circa 4 milioni e mezzo di persone**, per lo più di sesso femminile. Tra i fattori di rischio, infatti, oltre all'età (superiore ai 50 anni), troviamo il sesso, la **familiarità**, l'**artrite reumatoide**. Eppure l'osteoporosi viene troppo spesso sottovalutata al punto che **solo una donna su due sa di soffrirne**. Il risultato è che una donna di 70 anni si trova ad aver perso più del 30% della sua massa ossea adulta senza neanche saperlo.

A fotografare la situazione è un rapporto pubblicato dall'Osteoporosis Foundation in vista della **Giornata Mondiale dell'Osteoporosi** che si tiene il 20 ottobre. L'osteoporosi indebolisce le ossa ed è responsabile di un aumento significativo del **rischio di fratture e disabilità**: si calcola che circa 400mila fratture l'anno siano provocate dall'osteoporosi (91mila quelle al **collo del femore**, giudicate le più pericolose).

In caso di **frattura del femore**, spiega Paolo Cherubino, presidente della **SIOT (Società Italiana di Ortopedia e Traumatologia)**, è importante essere tempestivi praticando un intervento entro 24 ore e un'attenta **riabilitazione**, questo perché negli anziani le fratture del femore possono avere conseguenze drammatiche. Un problema che va affrontato sin dall'infanzia con uno **stile di vita attivo e tanto movimento**.

Attività fisica sin da piccoli, **alimentazione** corretta (ricca di tutte le sostanze utili a fissare il **calcio**, che si trovano non solo nei latticini e nell'acqua minerale, ma anche in frutta, verdura e grassi) e particolare attenzione quando arriva la **menopausa**: sono gli elementi fondamentali della prevenzione. Durante la **menopausa** la massa ossea comincia a diminuire ed è importante consultarsi con il ginecologo per tenere sotto controllo i livelli di **estrogeni**.

Gli anziani dovrebbero prestare particolare attenzione alla **sicurezza nell'ambiente domestico**: proprio come quando erano bambini devono evitare di mettere tappeti scivolosi, pantofole aperte con la suola liscia, dispositivi a supporto per fare la doccia. In occasione della Giornata Mondiale dell'Osteoporosi, consulti e visite gratuite saranno offerti dagli ospedali aderenti al network Bollino Rosa di Onda - **l'Osservatorio Nazionale sulla Salute della Donna**.

Inoltre, per tutto il mese di ottobre, sarà possibile prenotare una visita gratuita in uno dei 43 centri che hanno aderito alla campagna 'Stop alle fratture'.

SE QUESTO CONTENUTO TI È PIACIUTO
ISCRIVITI ALLA NEWSLETTER DI PAGINEMEDICHE.IT

Inserisci la tua eMail



QUALCOSA NON È CHIARO?
SEGNALA IL TERMINE CHE STAI CERCANDO

IA

- Home La Mela del giorno
- Archivio
- Le più lette
- Le più commentate

Publicità

Crioconservazione?

Il Glossario di paginemediche.it

Disponibile su **App Store**

ANDROID APP ON **Google play**

Available on **Windows Phone MARKETPLACE**

Ultime notizie in collaborazione con **AGI Salute**

► **Obesità: l'eccesso di grasso aumenta il rischio di osteoporosi**
AGI Salute (17/07/2013)

MFL

Fonti

National Osteoporosis Foundation
stopallefratture.it

Data pubblicazione gio, 17 ott 2013
 Data ultima modifica gio, 17 ott 2013

CERCA

CONDIVIDI LE TUE OPINIONI SU
 PAGINEMEDICHE.IT

**INSERISCI
 UN COMMENTO**

Commenta l'articolo. Se invece hai un dubbio o un problema da sottoporci, accedi al servizio **l'Esperto risponde**

- [Commenta con paginemediche.it](#)
- [Commenta con facebook](#)
- [Commenta come Medico](#)

Inserisci un commento

Nome:

Email: *(Non sarà resa visibile)*

Oggetto del messaggio:

Messaggio:
 Commento

Attenzione: quanto riportato nel campo "Commento" verrà pubblicato online pertanto ti invitiamo a non inserire dati personali (nome, cognome, indirizzo e-mail, recapito telefonico, residenza, ecc.) o informazioni che potrebbero facilmente farti identificare.

Avvisami quando qualcuno risponde a questa discussione.

Codice di conferma:
 Digita il codice visualizzato. Le lettere vanno digitate minuscole.



I commenti inviati dai lettori sono soggetti ad approvazione. La redazione di paginemediche.it si riserva il diritto di eliminare commenti offensivi, diffamatori, scritti con linguaggio non adeguato, lesivi della dignità o morale altrui o non pertinenti con l'argomento trattato.

[Inserisci un commento](#)

Sei un medico registrato a paginemediche.it? Inserisci la tua Username e la tua Password per pubblicare un commento qualificato.

Username Password

Sei non sei ancora registrato a paginemediche.it come medico puoi [farlo qui](#) oppure se non ricordi la tua password puoi [richiederla qui](#).

Link pubblicitari esterni a cura di Google Inc.

- [Per le fratture delle spina dorsale l'intervento non è più efficace](#)
 AGI Salute (15/07/2013)
- [Il fumo ritarda la guarigione delle fratture](#)
 AGI Salute (25/03/2013)
- [Terapia al plasma arricchito funziona contro il 'gomito del tennista'](#)
 AGI Salute (22/03/2013)
- [Ricerca: il sole non aumenta la vitamina D nei pazienti con frattura all'anca](#)
 AGI Salute (20/03/2013)

Altre notizie di [Ortopedia e traumatologia](#)

Magazine

Focus On

Osteoporosi: prevenzione e cura
 Nel 2025 in Europa circa 34 milioni di [...]

IL PUNTO DI VISTA

Dolori alla schiena e all'apparato muscolo-scheletrico: è il mal d'ufficio
 Come ridurre i dolori causati dalla scorretta [...]

Link pubblicitari esterni a cura di Google Inc.

Network paginemediche.it:

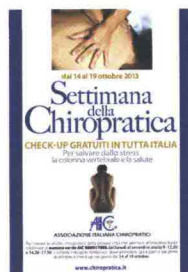
Canali Tematici	Siti Tematici	Siti Partner	Siti Regionali	Social Network
News	Emorroidi e stipsi	IlDermatologoRisponde.it	Campania	YouTube
Magazine	Equilibrio intestinale	SportMedicina.com	Lazio	Facebook
Medicina e prevenzione	Incontinenza urinaria	Telemeditalia	Lombardia	Twitter
Benessere	Malattie del fegato		Piemonte	Videum
Esperto risponde	Sonno e insonnia		Toscana	
Agenda salute	Mamma e Bambino			
Salute sul web				
Medici On Line				
Video				
Farmaci				



appUNTAMENTI DAL 14 AL 20 OTTOBRE

della settimana

a cura di Lorenza Resuli



lunedì 14 TUTTA ITALIA
ottobre

Sette giorni per "raddrizzare" la schiena

Per prenotare la visita gratuita dal chiropratico più vicino: **800.017.806**

Non è un caso che la "Settimana della chiropratica" parta proprio oggi e prosegua fino al 19: il 16 ottobre, infatti, si celebra in tutto il mondo il World spine day, la giornata dedicata alla salute della colonna vertebrale, dalla quale dipende il benessere di tutto

l'organismo. Per sette giorni, 200 chiropratici di tutta Italia aprono le porte dei loro studi, offrendo un check up gratuito della schiena. Per conoscere lo studio più comodo, contattare il numero verde nelle fasce orarie 9-12.30 e 14-17,30 **www.chiropratica.it**

DOVE

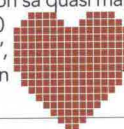
EVENTO

Info e Costi

martedì 15 TUTTA ITALIA
ottobre

Come liberare il cuore da un... arresto

Ogni giorno, in Europa, 400mila persone subiscono un arresto cardiaco, 60mila solo Italia. Chi è presente al drammatico evento non sa quasi mai come comportarsi. Per colmare questo vuoto, dal 14 al 20 ottobre tutti i cittadini sono invitati a partecipare a "Viva!", la Settimana per rianimazione cardiopolmonare, che ha un fitto calendario di eventi. **www.viva2013.it**



Il calendario delle iniziative in tutta Italia si trova sul sito

mercoledì 16 MILANO Istituto nazionale dei tumori
ottobre

Ricostruire il seno per costruirsi una nuova vita

Anche molte città italiane partecipano al Bra day, la giornata mondiale di sensibilizzazione per la ricostruzione del seno, con una serie di iniziative mirate a informare le donne sulle tecniche di chirurgia ricostruttiva (il calendario completo si può consultare sul sito). A Milano, in particolare, un'équipe dell'Istituto dei tumori sarà a disposizione per visite e consulenze gratuite. **www.bradayitaly.it**

Le visite e le consulenze sono dalle 14 alle 17.30. Alle 18: incontro aperto al pubblico e concerto a seguire

giovedì 17 LATINA piazza del Popolo
ottobre

L'educazione alimentare sbarca a Latina

Un esperto mugnaio che rivela come nasce la genuinità dei prodotti, un percorso sensoriale dove sperimentare la bontà a occhi chiusi, laboratori didattici interattivi... Sono solo alcune delle novità del Tour Mulino Bianco, che si ferma a Latina per promuovere un'alimentazione corretta e sostenibile. **www.mulinobianco.it/il-tour-del-mulino**



La prenotazione ai laboratori può essere fatta in loco

venerdì 18 CREMA
ottobre

Il cibo? Si mangia, si legge, si suona...

Artisti e nutrizionisti, medici e pittori, ricercatori e musicisti. Figure così diverse, unite per tre giorni dal cibo, nella colorata e saporita rassegna cultural-gastronomica "I mondi di carta". Una kermesse particolare dove arte e cibo si intrecciano, per dare vita a incontri e appuntamenti dedicati al buon vivere (e al sano mangiare...). Il tutto nella bella cornice di una piccola perla urbana **www.imondidicarta.it**

Il ricavato della manifestazione sarà devoluto all'Airc, Associazione italiana per la ricerca sul cancro

sabato 19 TUTTA ITALIA
ottobre

Centinaia di ciclamini per salvare migliaia di vite

Va avanti per tutto ottobre la campagna di raccolta fondi "Ciclamini della solidarietà" organizzata dalla fondazione Ant nelle principali piazze italiane. Fulcro dell'iniziativa, le piantine offerte dai volontari Ant in cambio di una piccola donazione, che andrà a finanziare i progetti di prevenzione oncologica e assistenza sanitaria. **www.ant.**



Il numero verde Ant 800.929.203 risponde lunedì, mercoledì e giovedì ore 10-12 e 15-17



Europa Donna celebra la giornata mondiale della salute del seno (15 ottobre), ricordando i tre pilastri della prevenzione: dieta sana, peso corporeo giusto e movimento.

6 viversaniebelli

domenica 20 TUTTA ITALIA
ottobre

Care fratture, mollate l'osso!

Quando le ossa fanno "crack", spesso dietro c'è un problema di osteoporosi, malattia che nel 2017 colpirà 48mila donne over 65. Tutte potenziali vittime di frattura del femore. Per scongiurare questo rischio, le principali società italiane interessate (Siomms, Siot,

Sir, Ortomed e Gisoos) inaugurano oggi il "Mese della prevenzione delle fratture da fragilità ossea". In ben 13 regioni, le donne che hanno subito una frattura del femore o che sono ad alto rischio hanno diritto a una visita gratuita. **www.stopallefratture.it**



OSTEOPOROSI - IL MESE DELLA PREVENZIONE

Milano - Un mese per la prevenzione dell'osteoporosi con visite gratuite e consigli medici. Al via domenica 20 ottobre, nella Giornata Mondiale dell'Osteoporosi, il Mese della Prevenzione delle Fratture da Fragilità Ossea, promosso nell'ambito della terza edizione della Campagna Stop alle Fratture da SIOMMMS (Società Italiana dell'Osteoporosi, del Metabolismo Minerale e delle Malattie dello Scheletro), **SIOT (Società Italiana di Ortopedia e Traumatologia)**, SIR (Società Italiana di Reumatologia), **ORTOMED (Società Italiana di Ortopedia e Medicina)** e GISOOS (Gruppo Italiano di Studio in Ortopedia dell'Osteoporosi Severa).

Una iniziativa volta a sensibilizzare tutta la popolazione femminile over 50 sulle conseguenze legate alla fragilità ossea e incoraggiarle a mettere in atto interventi di natura preventiva: unica strada utile ad arrestare la spirale discendente della salute e della qualità della vita di chi è affetto da osteoporosi severa.

A partire dal 20 ottobre 2013 per tutte le donne con pregressa frattura di femore o con un rischio elevato o molto elevato di frattura sarà possibile effettuare una visita specialistica gratuita presso un Centro specializzato in osteoporosi severa.

Sono 45 i Centri che hanno aderito su tutto il territorio nazionale a questa iniziativa, mettendo a disposizione oltre 800 visite gratuite.

Le fratture da fragilità ossea causate da osteoporosi severa costituiscono in Italia un importante problema sanitario e sociale, destinato ulteriormente a crescere per effetto dell'invecchiamento della popolazione. Già oggi si registrano in Italia oltre 100.000 fratture di femore ogni anno a causa dell'osteoporosi severa. Un fenomeno quindi di grande dimensione ma tuttora sottovalutato: basti pensare che fra le donne over 65, 1 su 2 soffre di fragilità ossea e non sa di correre questo rischio e che per una donna in post-menopausa, il rischio di morire per una frattura del collo femorale è sovrapponibile a quello del tumore della mammella.

COME PRENOTARE UNA VISITA GRATUITA

Per assicurarsi la visita gratuita offerta nell'ambito del Mese della Prevenzione delle Fratture da Fragilità Ossea è sufficiente collegarsi al sito www.stopallefratture.it, effettuare il DEFRA Test online, test di autodiagnosi per la valutazione del proprio rischio di frattura, o compilare un breve questionario, rispondendo ad alcune semplici domande.

Le visite saranno garantite, a tutte le donne con pregressa frattura di femore o con un rischio elevato o molto elevato di frattura, fino ad esaurimento degli slot messi a disposizione dai Centri che hanno aderito alla Campagna dislocati su tutto il territorio nazionale (sul sito è possibile visualizzare il Centro Stop alle Fratture più vicino alla propria area di residenza).

Rimane attivo allo stesso tempo il servizio 100 Medici Stop alle Fratture che permette a tutte le donne con rischio elevato o molto elevato di frattura di rivolgere una domanda via email ad uno specialista per ricevere gratuitamente informazioni e chiarimenti sull'osteoporosi severa.