

NOTA DE PRENSA

***16 de Octubre, Día Mundial de la Columna Vertebral**

FRACTURAS VERTEBRALES POR OSTEOPOROSIS: UNA EPIDEMIA EN AUMENTO DE LA QUE SE HABLA POCO A PESAR DEL NÚMERO CRECIENTE DE INGRESOS HOSPITALARIOS QUE PROVOCA

- Un estudio llevado a cabo en el Hospital Clínico Universitario de Valencia, bajo la dirección del Dr. Antonio Silvestre, jefe del Servicio de Cirugía Ortopédica y Traumatología, revela que esta epidemia puede estar suponiendo casi un ingreso diario en los hospitales terciarios (1 por cada 1,6 días en el hospital analizado).
- El 80% de los pacientes ingresados eran mujeres y la edad media de todos rondaba los 76 años.
- “Hay que evitar la idea de que la osteoporosis llega inevitablemente con el envejecimiento e inculcar hábitos saludables que favorezcan la prevención, especialmente entre las mujeres, que presentan mayor riesgo”, explica el Dr. Alvarez Galovich, presidente de la Sociedad Española de la Columna Vertebral.
- Los especialistas de la GEER piden mayores esfuerzos de información y sensibilización pública para combatir esta epidemia, y abogan por mejorar el seguimiento y control de los pacientes con fracturas leves, para evitar los ingresos hospitalarios por episodios agudos.
- Con motivo del Día Mundial de la Columna Vertebral, que se celebra el 16 de octubre, estos datos han llevado a los especialistas de la GEER a **pedir mayores esfuerzos de información y sensibilización pública para combatir esta epidemia.**

Madrid, 14 de Octubre de 2024.- Un estudio realizado por especialistas de la Sociedad Española de la Columna Vertebral (GEER), incide en la importancia creciente que están cobrando las fracturas vertebrales causadas por osteoporosis, “una epidemia en aumento de la que se habla poco, a pesar del número creciente de ingresos hospitalarios que provoca”, señala el presidente de la Sociedad Española de la Columna, el Dr. Luis Álvarez Galovich.

El estudio llevado a cabo en el Hospital Clínico Universitario de Valencia, –bajo la dirección del Dr. Antonio Silvestre, jefe del Servicio de Cirugía Ortopédica y Traumatología–, revela que esta epidemia puede estar suponiendo casi un ingreso diario en los hospitales terciarios. Concretamente, en el centro hospitalario en el que se ha realizado el seguimiento retrospectivo, causó en todo el año 2023 un ingreso cada 1,6 días. La media de edad de los pacientes hospitalizados por fractura vertebral osteoporótica (FVO) era de 76 años, y en su mayoría eran mujeres: casi ocho de cada diez pacientes.

El estudio ha revelado también que pese a que 31 (13,7%) pacientes habían sido diagnosticados previamente de FVO, y 81 (35,8%) tenían historia de otras fracturas por fragilidad, tan sólo 44 (19,5%) recibían tratamiento anti-osteoporótico previo. Unos datos que, a juicio del presidente de la Sociedad Española de la Columna, hablan de “la necesidad de mejorar el seguimiento y control de los pacientes con fracturas leves, para evitar los ingresos hospitalarios por episodios agudos”.

En cuanto al mecanismo generador de lesión, el estudio pone de manifiesto que el más frecuente fue la caída casual desde la propia altura del paciente (161; 71,2%), seguido de un sobreesfuerzo (39; 17,3%). El 71% de los pacientes fue tratado de forma conservadora, en tanto que un 28,3% fue intervenido quirúrgicamente, siendo la estancia media hospitalaria de una semana y destacando el fallecimiento de 15 pacientes (un 6,6% de la muestra).

Con motivo de la celebración, este miércoles **16 de octubre, del Día Mundial de la Columna Vertebral**, estos datos han llevado a los especialistas de la GEER a **pedir mayores esfuerzos de información y sensibilización pública para combatir esta epidemia**. “La pérdida de densidad ósea (osteoporosis) es, de lejos, **la principal causa de fracturas vertebrales** en nuestro medio y se asocia al envejecimiento, “pero hay que evitar que se extienda la idea de que la osteoporosis llega inevitablemente al hacerse mayor, porque es falsa, e inculcar hábitos saludables que favorezcan la prevención, especialmente entre las mujeres, que presentan mayor riesgo”, afirma el Dr. Alvarez Galovich.

A la vista de estos datos, los autores del estudio constatan la “**elevada incidencia de las fracturas vertebrales diagnosticadas en un hospital terciario**, así como la **morbimortalidad asociada**” y subrayan el **gran desafío clínico y epidemiológico** que esta epidemia representa ya y va a representar cada vez con mayor fuerza en el futuro, dado el progresivo envejecimiento de la población. Una tendencia por la que recomiendan “implementar medidas preventivas y farmacológicas encaminadas a la prevención de estas fracturas”.

Los pormenores de este estudio fueron presentados en el 38º Congreso de la Sociedad Española de Columna Vertebral (GEER), la cita española más importante en torno al diagnóstico, abordaje y tratamiento de las patologías de la columna vertebral, que crecen preocupantemente entre toda la población y particularmente entre los jóvenes, impulsadas por la obesidad, el sedentarismo y los cambios posturales asociados a las pantallas y el uso de los móviles.

Sobre las fracturas vertebrales por osteoporosis

“Hay muchas causas de fracturas vertebrales, pero, en nuestro medio, la causa más frecuente de debilidad de las vértebras y otros huesos es osteoporosis. Otras causas menos frecuentes son los tumores malignos (metástasis, cáncer de huesos, mieloma...), y algunos tumores benignos”, asegura el presidente del GEER.

La osteoporosis consiste en una debilidad de los huesos derivada de una menor densidad de los mismos, debida a una disminución en la cantidad de sales de calcio depositadas en la estructura del hueso. Esa fragilidad ósea derivada de la osteoporosis es la que hace que sean más frecuentes las fracturas, sobre todo en los huesos de las muñecas, las caderas y la columna vertebral.

La prevención de la osteoporosis comienza en la niñez con una dieta saludable para los huesos y mucho ejercicio. Esto es importante porque cuanto más masa ósea tenga al llegar a la edad adulta, es menos probable que tenga huesos débiles y quebradizos en la vejez. Asimismo, estos hábitos saludables deben mantenerse en la edad adulta para evitar la pérdida ósea, con una dieta suficiente en calcio y proteínas, y suficiente actividad física y exposición al sol. “Hábitos desgraciadamente cada vez más desplazados por las formas de trabajo y ocio de la sociedad actual, en los que el sedentarismo, la obesidad y la exposición a las pantallas están haciendo mella sobre la salud de la columna, cada vez a edades más jóvenes”, concluye el Dr. Alvarez Galovich.

Sociedad Española de la Columna Vertebral

La Sociedad Española de la Columna Vertebral es la principal sociedad científica que engloba a la mayoría de los profesionales médicos que realizan cirugía de columna en nuestro país, y mantiene una estrecha relación con otras sociedades afines a nivel internacional, como la SRS (Scoliosis Research Society) y la NASS (NorthAmerican Spine Society) a nivel norteamericano, la SILACO (Sociedad Ibero-latinoamericana de Columna) a nivel iberoamericano y la Eurospine (European Spine Society) a nivel europeo.

Para más información y gestión de entrevistas:

Gabinete de prensa de la Sociedad Española de Columna Vertebral:

Marta Franco: mfranco@euromediagrupo.es / Tf: 655 670 508