

## Detección de osteoporosis para prevenir fracturas

La osteoporosis es un trastorno de disminución de la densidad ósea que aumenta el riesgo de fracturas, especialmente después de una caída.

### ¿Qué es la osteoporosis y quién está en riesgo?

A lo largo de la vida, los huesos se someten a un proceso continuo de degradación y reconstrucción. Con el envejecimiento, la tasa de degradación ósea comienza a superar la tasa de formación, lo que puede provocar baja densidad mineral ósea y, finalmente, osteoporosis y aumento del riesgo de fracturas. En particular, las fracturas de caderas se asocian con discapacidad, dolor crónico, disminución de la calidad de vida y muerte.

En el caso de las mujeres, la disminución de los niveles de estrógenos en la menopausia y la posmenopausia aumenta la degradación ósea. Como consecuencia, las mujeres posmenopáusicas tienen un mayor riesgo de tener osteoporosis en comparación con los hombres y con las mujeres premenopáusicas. Otros factores de riesgo para la osteoporosis incluyen el tabaquismo, alto consumo de alcohol, bajo peso corporal, uso a largo plazo de esteroides, antecedentes de fracturas, accidente cerebrovascular, diabetes tratada con insulina y antecedentes de fractura de cadera en uno de los padres. Se pueden utilizar varias herramientas de evaluación de riesgo para estimar el riesgo de osteoporosis.

### Pruebas de detección de osteoporosis

La prueba de detección que se utiliza con más frecuencia para detectar la osteoporosis es un tipo de imagen que mide la densidad mineral ósea, denominada radioabsorciometría de doble energía (dual-energy x-ray absorptiometry, DXA o DEXA). La mayoría de las pruebas de DXA se realizan en los huesos "centrales" del cuerpo, incluida la cadera y la columna vertebral. Se considera que estas ubicaciones son las mejores para medir la densidad mineral ósea. En ocasiones, se realiza la prueba de DXA en huesos periféricos como el antebrazo o el talón. El ultrasonido de los huesos periféricos también puede usarse para evaluar el riesgo de osteoporosis sin medir la densidad mineral ósea.

### Ventajas y desventajas de la detección de osteoporosis

El término *detección* significa buscar una afección o enfermedad en personas que no tienen síntomas o inquietudes específicos relacionados con esa enfermedad.

Las ventajas de la detección de osteoporosis son el diagnóstico y el tratamiento tempranos, que disminuyen el riesgo de fracturas óseas futuras. Debido a que la baja densidad ósea no causa dolor ni otros síntomas, sin la detección, es posible que las personas no sepan que tienen osteoporosis hasta que se produce una fractura. Existe evidencia que respalda que las pruebas de DXA para la detección de la osteoporosis son precisas y que tratar la osteoporosis sirve para prevenir las fracturas.

Las desventajas de la detección son mínimas, ya que la

La osteoporosis es un trastorno de disminución de la densidad ósea que aumenta el riesgo de fracturas y puede provocar discapacidad, dolor crónico, disminución de la calidad de vida y la muerte.

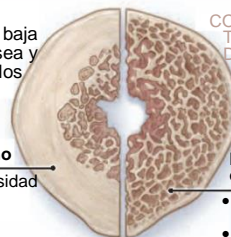
Las personas con osteoporosis tienen baja densidad mineral ósea y adelgazamiento de los huesos.

**Hueso sano**

- Alta densidad
- Fuerte

**Hueso con osteoporosis**

- Densidad disminuida
- Adelgazado, debilitado



- ▶ En el caso de las mujeres, la disminución de los niveles de estrógenos en la menopausia y la posmenopausia aumenta la degradación ósea, lo que lleva a un mayor riesgo de osteoporosis.
- ▶ La baja densidad ósea no causa dolor ni síntomas, por lo que muchas personas no saben que tienen osteoporosis.
- ▶ El diagnóstico y tratamiento tempranos de la osteoporosis disminuyen el riesgo de fracturas óseas futuras.

### Recomendación del Grupo de Trabajo de Servicios Preventivos (USPSTF) de los EE UU

El USPSTF recomienda hacer pruebas de detección de osteoporosis para prevenir fracturas en mujeres de 65 años o más y mujeres posmenopáusicas menores de 65 años que tengan un mayor riesgo de osteoporosis.

*En el caso de los hombres, no hay evidencia suficiente para hacer una recomendación sobre las pruebas de detección de la osteoporosis. La prueba de detección que se utiliza con más frecuencia para detectar la osteoporosis es la radioabsorciometría de doble energía (DXA o DEXA) que mide la densidad mineral ósea.*

DXA es segura y no invasiva. En raras ocasiones, las personas pueden experimentar efectos secundarios de los medicamentos (como los bifosfonatos) que se usan para tratar la osteoporosis.

### ¿Debería hacerse una prueba de detección de osteoporosis?

El Grupo de Trabajo de Servicios Preventivos de EE. UU. recomienda la detección de la osteoporosis para prevenir fracturas en mujeres de 65 años o más (recomendación B).<sup>1</sup> También se recomienda la detección en mujeres posmenopáusicas menores de 65 años que tienen un mayor riesgo de osteoporosis (recomendación B).<sup>1</sup> Para los hombres, no hay evidencia suficiente para hacer una recomendación sobre las pruebas de detección de osteoporosis (declaración I).<sup>1</sup>

### PARA OBTENER MÁS INFORMACIÓN

Grupo de Trabajo de Servicios Preventivos de los EE. UU. (US Preventive Services Task Force)

**Autora:** Jill Jin, MD, MPH

**Publicado en línea:** 14 de enero de 2025. doi:10.1001/jama.2024.27771

**Afiliaciones de la autora:** Editora asociada, JAMA.

**Divulgaciones relacionadas con conflictos de intereses:** no se informó ninguna.

1. US Preventive Services Task Force. Detección de la osteoporosis para prevenir fracturas: US Preventive

Services Task Force recommendation statement. *JAMA*. Publicado en línea el 14 de enero de 2025. doi:10.1001/jama.2024.27154

La Hoja para el Paciente de JAMA es un servicio al 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 descargar o fotocopiar esta hoja con fines no comerciales para compartirla con los pacientes. Para comprar reimpresiones en grandes cantidades, envíe un correo electrónico a reprints@jamanetwork.com.