



700 maresmencs són diagnosticats cada any d'osteoporosi

- Els especialistes del Consorci Sanitari del Maresme realitzen anualment més de 1.500 densitometries per diagnosticar aquesta malaltia.
- L'osteoporosi afecta a 3,5 milions de persones a Espanya i causa una fractura òssia cada tres segons.

L'osteoporosi es caracteritza per una disminució del teixit ossi, que fa que augmenti la fragilitat dels ossos i la possibilitat de patir fractures. És una malaltia crònica que pateixen 3,5 milions de persones a Espanya i més de 200 milions a tot el món, i que afecta majoritàriament a les dones postmenopàusiques (4 de cada 5 pacients és dona). La Unitat de Reumatologia del Consorci Sanitari del Maresme realitza més de 1.500 densitometries cada any i diagnostica anualment uns 700 pacients amb aquesta malaltia.

3,5 milions

de persones pateixen osteoporosi a Espanya i més de 200 milions a tot el món.

4 de cada 5 pacients són dones



Malaltia silenciosa. L'osteoporosi no causa dolor ni té cap mena de símptoma i, és per això, és una de les malalties més infradiagnosticades: el 80% de les persones que pateixen una fractura osteoporòtica no estan diagnosticades ni tractades.



El 80% de les persones que pateixen una fractura osteoporòtica no estan diagnosticades ni tractades.

A tot el món es produeixen cada any 1,3 milions de fractures de vèrtebres, maluc i canell a causa de l'osteoporosi, sobretot en gent gran, sent una de les principals causes de mortalitat i discapacitat en la tercera edat.

Al nostre país, cada tres segons es produeix una fractura òssia a causa d'una osteoporosi.



La importància de la prevenció. Com passa amb moltes altres malalties, la prevenció és molt important i, a part de portar una vida sana, és fonamental enfortir els ossos des de joves, principalment a través de l'alimentació: ingerir molts lactis i altres aliments rics en calci. A més, es recomana realitzar activitat física regularment per a enfortir ossos i articulacions, una dieta rica en vitamina D, mantenir el pes corporal i evitar el consum de tabac, alcohol i cafeïna. Amb aquestes mesures preventives es pot arribar a reduir la possibilitat de desenvolupar una osteoporosi fins a un 50%.



El Consorci Sanitari del Maresme és una entitat pública formada pel Servei Català de la Salut, l'Ajuntament de Mataró i el Consell Comarcal del Maresme, que gestiona l'Hospital de Mataró, l'Antic Hospital de Sant Jaume i Santa Magdalena, la Residència Sant Josep, i les àrees bàsiques de Mataró Centre i Cirera Molins (a Mataró) i la d'Argentona.