ACTA BIOCLINICA

Carta al Editor

Hernández y Col.

Volumen 15, N° 31, julio-diciembre 2025

Depósito Legal: PPI201102ME3815

ISSN: 2244-8136

DOI: https://doi.org/10.53766/AcBio/2025.15.31.02

# TRANSFORMANDO LA PREVENCIÓN DE LA OSTEOPOROSIS: UN LLAMADO A LA ACCIÓN EDUCATIVA Y CLÍNICA

# TRANSFORMING OSTEOPOROSIS PREVENTION: A CALL TO EDUCATIONAL AND CLINICAL ACTION

**Jorge Hernández[1]; Luis Dulcey[2]; Jaime Gómez[3]; Juan Therán[4]**

1. Médico investigador. Universidad de Santander, Bucaramanga, Colombia.

2. Médico especialista en medicina interna. Universidad de Los Andes, Mérida, Venezuela.

3. Profesor titular. Facultad de medicina. Universidad Autónoma de Bucaramanga, Colombia.

4. Médico residente de medicina familiar. Universidad de Santander, Bucaramanga, Colombia.

Recibido: 23/01/2025
Aceptado: 15/02/2025

**EMAIL:** jorgeandreshernandez2017@gmail.com

**CORRESPONDENCIA:** Jorge Andrés Hernández Navas. Dirección postal: 1065 Silverleaf Dr, Youngsville, NC EEUU

**Estimado Editor:**

ACTA BIOCLINICA

Carta al Editor

Hernández y Col.

Volumen 15, N° 31, julio-diciembre 2025

Depósito Legal: PPI201102ME3815

ISSN: 2244-8136

DOI: https://doi.org/10.53766/AcBio/2025.15.31.02

La osteoporosis, una enfermedad silenciosa con profundas implicaciones en la calidad de vida, continúa siendo un desafío global de salud pública. Con su alta prevalencia y complicaciones severas, como fracturas que incrementan la morbilidad y la mortalidad, la falta de educación y sensibilización sobre esta condición persiste como una barrera crítica para su prevención y tratamiento oportuno[1].

De acuerdo con la International Osteoporosis Foundation (IOF), una de cada tres mujeres y uno de cada cinco hombres mayores de 50 años sufrirán fracturas relacionadas con la osteoporosis a lo largo de su vida. A pesar de estas alarmantes estadísticas, el diagnóstico temprano es insuficiente. Estudios recientes revelan que solo un 20% de las personas con factores de riesgo evidentes, como fracturas previas, antecedentes familiares o uso prolongado de corticoides, reciben evaluaciones adecuadas de su densidad mineral ósea. Este déficit en la detección temprana contribuye al aumento de complicaciones evitables[2].

El panorama del tratamiento tampoco es alentador. Aunque los bifosfonatos y otras terapias han demostrado reducir significativamente el riesgo de fracturas, las tasas de adherencia son alarmantemente bajas, con menos del

Volumen 15, N° 31, julio-diciembre 2025
Depósito Legal: PPI201102ME3815
ISSN: 2244-8136
DOI: https://doi.org/10.53766/AcBio/2025.15.31.02

50% de los pacientes continuando su tratamiento después del primer año. Entre las razones de este abandono se encuentran la falta de conocimiento sobre los beneficios del tratamiento, el miedo a efectos secundarios y la escasa comunicación médico-paciente[3].

Para abordar este problema, es esencial implementar estrategias de educación y sensibilización integrales. Las campañas públicas deben priorizar la prevención, destacando medidas como la adecuada ingesta de calcio y vitamina D, la práctica de ejercicio de resistencia y la detección precoz en poblaciones de riesgo. Estas iniciativas deben ser respaldadas por mensajes claros, accesibles y culturalmente adaptados que resalten la importancia de un estilo de vida saludable para la salud ósea[3].

En paralelo, los programas de educación médica continua deben fortalecer las competencias de los profesionales de la salud en la identificación temprana y el manejo integral de la osteoporosis. Esto incluye herramientas para abordar las preocupaciones de los pacientes sobre los tratamientos y estrategias para fomentar la adherencia a largo plazo[4].

La tecnología digital puede ser un aliado poderoso en estos esfuerzos. Aplicaciones móviles, recordatorios automatizados y plataformas interactivas pueden proporcionar a los pacientes información personalizada sobre su tratamiento, ejercicios específicos para mejorar la

Volumen 15, N° 31, julio-diciembre 2025
Depósito Legal: PPI201102ME3815
ISSN: 2244-8136
DOI: https://doi.org/10.53766/AcBio/2025.15.31.02

densidad ósea y monitoreo continuo de su progreso. Estas herramientas no solo empoderan a los pacientes, sino que también facilitan el seguimiento por parte de los médicos, optimizando el manejo integral.

En conclusión, la osteoporosis es prevenible y tratable si se aborda desde un enfoque integral que combine educación, prevención y manejo oportuno. Es imperativo que los sistemas de salud, las instituciones académicas y los responsables de políticas públicas prioricen esta condición, promoviendo programas que mejoren la concienciación y empoderen tanto a los pacientes como a los profesionales de la salud. Solo a través de estas acciones podremos reducir la carga de esta enfermedad y mejorar la calidad de vida de millones de personas[5].

## REFERENCIAS

1. Kastner M, Perrier L, Munce SEP, Adhihetty CC, Lau A, Hamid J, et al. Complex interventions can increase osteoporosis investigations and treatment: a systematic review and meta-analysis. Osteoporos Int [Internet]. 2018 Jan 1 [cited 2025 Jan 9];29(1):5–17. Available from: https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/29043392/

2. Simone MJ, Roberts DH, Irish JT, Neeman N, Schulze JE, Lipsitz LA, et al. An educational intervention for providers to promote bone health in high-risk older patients. J Am Geriatr Soc [Internet]. 2011 Feb [cited 2025 Jan 9];59(2):291–6. Available from: https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/21288231/

Volumen 15, N° 31, julio-diciembre 2025
Depósito Legal: PPI201102ME3815
ISSN: 2244-8136
DOI: https://doi.org/10.53766/AcBio/2025.15.31.02

3. Najafi S, Mohammadkhah F, Ebrahimi MM, Harsini PA, Khani Jeihooni A. Effect of educational intervention on preventing osteoporosis in postmenopausal women. Osteoporos Int [Internet]. 2024 Mar 1 [cited 2025 Jan 9];35(3):505–13. Available from: https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/37938406/

4. Park KS, Yoo J Il, Kim HY, Jang S, Park Y, Ha YC. Education and exercise program improves osteoporosis knowledge and changes calcium and vitamin D dietary intake in community dwelling elderly. BMC Public Health [Internet]. 2017 Dec 19 [cited 2025 Jan 9];17(1). Available from: https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/29258608/

5. Camacho PM, Petak SM, Binkley N, Diab DL, Eldeiry LS, Farooki A, et al. AMERICAN ASSOCIATION OF CLINICAL ENDOCRINOLOGISTS/AMERICAN COLLEGE OF ENDOCRINOLOGY CLINICAL PRACTICE GUIDELINES FOR THE DIAGNOSIS AND TREATMENT OF POSTMENOPAUSAL OSTEOPOROSIS-2020 UPDATE. Endocr Pract [Internet]. 2020 May 15 [cited 2025 Jan 9];26(Suppl 1):1–46. Available from: https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32427503/