

## Nueva posición de la NAMS en el manejo de la osteoporosis

*Management of osteoporosis in postmenopausal women: 2010 position statement of the North American Menopause Society. Menopause 2010;17:25-54.*

*Abstract copyright © Lippincott Williams & Wilkins. All rights reserved. Used with permission.*

THE NORTH AMERICAN MENOPAUSE SOCIETY.

### Nivel de evidencia: III

**Objetivo.** Actualizar la posición basada en la evidencia de la posición publicada por la North American Menopause Society (NAMS) en el 2006 acerca del manejo de la osteoporosis en las mujeres postmenopáusicas.

**Métodos.** La NAMS siguió los principios generales establecidos para las guías basadas en la evidencia para crear esta actualización de este documento. Un panel de expertos clínicos e investigadores en el campo de enfermedades metabólicas del hueso y/o la salud de las mujeres fue reunido para revisar la posición de la NAMS del 2006, compilar las declaraciones de soporte y buscar consenso en las recomendaciones. Las recomendaciones del panel fueron revisadas y aprobadas por los miembros del Concejo de la NAMS.

**Resultados.** La osteoporosis que es especialmente prevalente entre mujeres postmenopáusicas viejas, aumenta el riesgo de fractura. Las fracturas de cadera y columna están asociadas con particularmente alta, morbilidad y mortalidad.

**En esta población.** Dadas las implicaciones en la salud de las fracturas osteoporóticas, el objetivo primario de la terapia de osteoporosis es prevenir las fracturas, lo cual está acompañado con disminución o detención de la pérdida ósea, mantener la resistencia ósea, y minimizar o eliminar los factores que pueden contribuir a las fracturas. La evaluación de las mujeres postmenopáusicas para el riesgo de osteoporosis requiere una historia clínica, examen físico y test diagnóstico. Los mayores factores de riesgo

para osteoporosis postmenopáusica está definida por la densidad mineral ósea, genética, factores de estilo de vida (tales como consumo de calcio y vitamina D, fumar), delgadez, y estatus menopáusico. Los más comunes factores de riesgo para fracturas osteoporóticas son la edad avanzada, baja densidad mineral ósea y fractura previa en un adulto. El enfoque de manejo inicial de medidas no farmacológicas, tales como una dieta balanceada, adecuada ingesta de calcio y vitamina D, adecuado ejercicio, no fumar, evitar ingesta excesiva de alcohol y prevención de caídas. Si esta indicada la terapia farmacológica, las opciones aprobadas por el gobierno son bisfosfonatos, moduladores selectivos de estrógenos, hormona paratifoidea, estrógenos y calcitonina.

**Conclusiones.** El manejo de estrategias para mujeres postmenopáusicas incluye la identificación de aquella a riesgo de fractura, seguida por institucionalizar medidas que se enfoquen a reducir factores de riesgo modificables a través de dieta y cambios en el estilo de vida y, si esta indicado, terapia farmacológica.

**Comentario.** La osteoporosis postmenopáusica es un trastorno común en una población en crecimiento. La baja masa ósea y/o osteoporosis de la cadera, se estima, están presentes en el 68% de las mujeres caucásicas-americanas por encima de los 50 años de edad y alrededor del 18% de esas mujeres tienen osteoporosis. Además de ser común, las consecuencias son dramáticas. Aproximadamente el 50% de las mujeres postmenopáusicas que tiene una fractura de cadera va a tener problemas de movilidad y más del 25% va a requerir cuidados a largo plazo. Además, y aun más preocupante, hay un

aumento del riesgo de mortalidad del 25% dentro de 1 año de la fractura de cadera. Aunque la osteoporosis es una condición común, muchas mujeres no son conscientes de su peligro. El hecho de que esta condición es usualmente asintomática, combinado con el hecho del primer indicador de la enfermedad, que es a menudo una fractura, aumenta la necesidad de una apropiada determinación y prevención del riesgo.

Desde la publicación de la posición de la NAMS sobre osteoporosis del 2006, ha habido significantes contribuciones a la literatura. Esas contribuciones incluyen nuevos datos acerca de terapias existentes y nuevas, la introducción de la medida *on line* del riesgo de fractura por la OMS (FRAX) y nuevas recomendaciones de otras organizaciones, incluyendo la National Osteoporosis Foundation, la Society of Obstetrics and gynecologist of Canadá y la Organización Mundial de la Salud. Un comité editorial de 5 médicos con expertos clínicos e

investigadores en la salud de la mujer y enfermedades metabólicas óseas contribuyeron con la actualización.

La declaración de la posición de la NAMS 2010 es una excelente revisión basada en la evidencia de la información pertinente acerca de la osteoporosis postmenopáusica. Esa es una fuente invaluable que va a ayudar a guiar a los trabajadores en la salud de la mujer, medicina interna, medicina familiar y geriatría o a cualquier proveedor de salud que tiene que dar consejo y tratamiento a las mujeres postmenopáusicas.

Peter F. Schnatz, DO, FACOG, FACP, NCMP  
Associate Chairman and Residency Program  
Director  
The Reading Hospital and Medical Center  
Department of OB/GYN – R1  
Reading, PA  
Chair, NAMS Professional Education Committee