

LegnanoNews

Le news di Legnano e dell'Alto Milanese

Osteoporosi, malattia silente ma curabile

Redazione · Thursday, November 9th, 2017

L'osteoporosi, malattia silente ma molto comune che colpisce prevalentemente le donne. Prevenire l'insorgenza questa malattia però si può, come spiegato nel nostro smart news salute dal **dottor Antonio Tamburello e la dottoressa Laura Castelnovo**, reumatologi all'ospedale di Legnano nel reparto di medicina interna.

L'osteoporosi è la **più comune malattia metabolica dell'osso** i cui **fattori di rischio sono legati prevalentemente all'età e al sesso**. *«Il vero problema è che si tratta di una malattia silente che viene scoperta tendenzialmente nel momento in cui avviene una frattura a causa della fragilità dell'osso»* ha spiegato il dottor Tamburello.

Le donne, soprattutto quelle in menopausa, sono quelle più esposte al rischio di contrarre l'osteoporosi. In menopausa infatti avviene un *«cambio dell'assetto ormonale tipico che determina una modificazione all'interno del metabolismo osseo che si configura nell'aumentato rischio fratturativo e nel problema osteoporotico»* ha sottolineato la dott.ssa Castelnovo. A questo si deve aggiungere il fatto che **la donna, in generale, ha una attività fisica nettamente inferiore rispetto a quella dell'uomo**, oltre ad una ridotta esposizione al sole. **Nell'uomo, l'osteoporosi è più rara ed è spesso secondaria ad altre patologie** che possono essere tiroidee, neoplastiche o legate ad alterazioni ormonali.

I due dottori hanno inoltre specificato che la prevenzione è possibile proprio per cercare di ridurre l'incidenza e la prevalenza di fratture ossee. **Ci sono fattori di rischio che si possono modificare**, per esempio **la sedentarietà, il fumo, l'abuso di caffè, la dieta iperproteica, la scarsa esposizione solare**. *«La dieta deve essere bilanciata – ha continuato il dott. Tamburello –, non bisogna mai eccedere con nessun elemento, ma ci deve essere una dieta ricca di latticini che preveda un adeguato apporto di calcio e vitamina D»*.

Infine, la dott.ssa Castelnovo ha spiegato come il primo approccio terapeutico può essere quello di *«integrare con elementi che possano correggere il deficit di calcio e vitamina D, estremamente frequente nella popolazione generale e soprattutto nel Nord Italia dove l'esposizione solare è nettamente inferiore. Qualora sia diagnostica l'osteoporosi poi, esistono farmaci riassorbitivi che possano migliorare la consistenza e la solidità dell'osso per renderlo più resistente»*.

This entry was posted on Thursday, November 9th, 2017 at 6:51 pm and is filed under [Legnano, Salute](#)

You can follow any responses to this entry through the [Comments \(RSS\)](#) feed. You can leave a

response, or [trackback](#) from your own site.