



## *X-Plain* *Densitometría ósea*

### **Sumario**

#### **Introducción**

La densitometría ósea es una prueba radiológica que sirve para detectar la osteoporosis en sus etapas tempranas, antes de que ésta presente síntomas.

Quizá su médico le ha recomendado que se haga un examen de densitometría ósea.

Este sumario le enseñará sobre la prueba de densitometría ósea y su importancia en la prevención y el tratamiento de la osteoporosis.

#### **Osteoporosis**

La osteoporosis es una condición muy común que afecta principalmente a mujeres. También puede afectar a los hombres, aunque con menos frecuencia.

La osteoporosis es una de las causas principales de fracturas vertebrales y de caderas en personas mayores.

Nuestros huesos son reemplazados continuamente por hueso nuevo. El hueso nuevo se va formando mientras que el cuerpo recicla el hueso viejo.

En una persona sana, el hueso nuevo es tan fuerte como el hueso viejo. En la persona con osteoporosis, el hueso nuevo tiene menos calcio, por lo tanto es más débil que el hueso que reemplazó.

Como el hueso nuevo es más débil, se puede romper fácilmente. El hueso nuevo en las caderas y vértebras tiene mayor posibilidad de debilitarse y romperse.

En las mujeres, el estrógeno es muy importante para prevenir la osteoporosis.



---

Este documento es para uso informativo y no se debe usar como sustituto de consejo de un médico o proveedor de salud profesional o como recomendación para cualquier plan de tratamiento particular. Como cualquier material impreso, puede volverse inexacto con el tiempo. Es importante que usted dependa del consejo de un médico o proveedor de salud profesional para el tratamiento de su condición particular.

Las mujeres que han experimentado la menopausia, o que se les han extirpado sus ovarios quirúrgicamente corren un mayor riesgo de desarrollar osteoporosis debido a la falta de estrógeno.

La osteoporosis es hereditaria, lo que significa que se transmite de padres a hijos.

Algunas condiciones médicas aumentan el riesgo de tener osteoporosis. Por ejemplo, pacientes que tienen que tomar esteroides durante un largo tiempo pueden desarrollar osteoporosis, ya que los esteroides pueden debilitar los huesos.

Algunos antiácidos contienen hidróxido de aluminio, el cual impide que el cuerpo absorba el calcio. La persona que toma antiácidos regularmente y durante largo tiempo, tiene mayor riesgo de desarrollar osteoporosis.

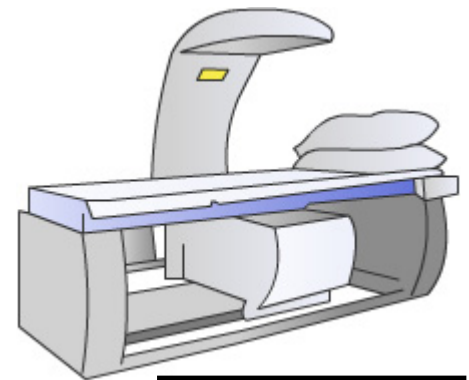
Poco ejercicio, así como el reposo en cama, debilitan los huesos. Una dieta baja en productos lácteos y calcio puede empeorar la osteoporosis. El fumar y el uso excesivo de alcohol también tienden a empeorar la osteoporosis.

El ejercicio intenso, tal como correr maratones, disminuye los niveles de estrógenos en la sangre y puede predisponer a la osteoporosis.

## Densitometría ósea

La densitometría ósea es una prueba radiológica que se usa para diagnosticar la osteoporosis en sus etapas tempranas, cuando aún puede ser tratada.

La densitometría ósea es una prueba radiológica que no requiere hospitalización. NO es dolorosa. Dependiendo del tipo de máquina que se use para hacer esta prueba, puede que usted tenga que acostarse en una mesa de examen o que tenga que poner su pie dentro de un aparato especial.



máquina de densitometría

La mayoría de las máquinas usan rayos X, pero algunas usan ultrasonido. La densidad del hueso representa la cantidad de calcio que se encuentra en el hueso. A mayor densidad, más fuerte es el hueso. La máquina de densitometría ósea calcula la densidad del hueso y, luego, crea un gráfico que compara la densidad del hueso del paciente con la densidad de un hueso normal.

---

Este documento es para uso informativo y no se debe usar como sustituto de consejo de un médico o proveedor de salud profesional o como recomendación para cualquier plan de tratamiento particular. Como cualquier material impreso, puede volverse inexacto con el tiempo. Es importante que usted dependa del consejo de un médico o proveedor de salud profesional para el tratamiento de su condición particular.

Dependiendo de la densidad del hueso del paciente, el médico decidirá si el paciente tiene densidad del hueso normal o disminuida. La enfermedad en la cual la densidad ósea está disminuida se llama osteoporosis.

El resultado de la prueba de densitometría ósea ayuda al médico a trazar el mejor plan para la prevención o el tratamiento de esta enfermedad.

La prueba de densitometría ósea se puede repetir cada cierto número de años para determinar si la condición de los huesos es la misma o si está empeorando.

La densitometría ósea es muy segura. Sin embargo, las máquinas que usan rayos X no se deben usar en una mujer que está embarazada. Por lo general esto no es un problema, ya que la osteoporosis usualmente sucede durante y después de la menopausia.

## Resumen

A pesar de que la osteoporosis es una condición común, ésta se puede prevenir. Una dieta saludable y un estilo de vida activo le ayudarán a prevenir la osteoporosis.

Las pruebas de densidad ósea están disponibles y son muy útiles para detectar la osteoporosis tempranamente. La mayoría de los pacientes con osteoporosis pueden tener una vida saludable y productiva.



---

Este documento es para uso informativo y no se debe usar como sustituto de consejo de un médico o proveedor de salud profesional o como recomendación para cualquier plan de tratamiento particular. Como cualquier material impreso, puede volverse inexacto con el tiempo. Es importante que usted dependa del consejo de un médico o proveedor de salud profesional para el tratamiento de su condición particular.