

Especialista recomienda realizarse una densitometría ósea después de los 50 años

La enfermedad ataca a mujeres después de la menopausia y también a hombres con antecedentes genéticos o malos hábitos

La **osteoporosis afecta a diez millones de personas en México** y cada tres segundos ocurre una fractura por fragilidad, y el **riesgo de que ocurra la segunda aumenta 86 por ciento**. Una de cada tres mujeres y uno de cada cinco hombres mayores de 50 años sufre una fractura por fragilidad, sobre todo de cadera, de las cuales se producen más de cien cada día, de acuerdo con datos de la Secretaría de Salud federal.

El doctor **Francisco Ruiz González**, jefe de la Clínica de Osteoporosis del Antiguo Hospital Civil de Guadalajara “Fray Antonio Alcalde”, explicó en conferencia de prensa que la osteoporosis es **la degeneración o la destrucción del interior del hueso que se vuelve proclive a las fracturas**, tanto de manera espontáneas como por pequeños traumatismos.

Aunque esta enfermedad está vinculada con las y los adultos mayores, **puede ser provocada también por otros factores físicos**.

“Hay dos o tres tipos de osteoporosis; la **postmenopáusica**, que es en las mujeres después de los 45 ó 50 años de edad que empieza el climaterio, empiezan a descender las hormonas femeninas, el estrógeno, y eso lo vuelve más frágil al hueso”, dijo.

“El segundo tipo sería por la **senectud**, con una baja en la capacidad para procesar y absorber el calcio y la vitamina D. Y la tercera forma sería secundaria a **patologías**, sobre todo glandulares y algunos medicamentos de uso crónico pueden provocar la pérdida del hueso”, aseguró.

En Jalisco se estima que **la osteoporosis afecta a 18 por ciento de las mujeres mayores de 50 años**, y si se considera que la población arriba de este rango de edad es un millón 300 mil personas, el riesgo de que las y los jaliscienses sufran esta enfermedad es alto, explicó.

“Según el Inegi, en Jalisco hay aproximadamente un millón 300 mil personas y si la Organización Mundial de la Salud nos dice que, a nivel mundial, una de cada tres pacientes de este grupo de edad va a presentar osteoporosis en algún momento de su vida, con la consecuente fractura, quiere decir que nosotros tenemos una población muy alta, de alto riesgo, de **400 mil personas aproximadamente** que no sabemos o ni ellas saben que tienen osteoporosis; tenemos que empezar a estudiar, a detectar para darle manejo preventivo y si es necesario, algún tratamiento para mejorar su calidad de hueso”, dijo.

El especialista señaló que esta enfermedad **pasa inadvertida si no se hacen pruebas de rutina** y, aunque se cree que las mujeres son quienes más la padecen, lo cierto es que la proporción en personas mayores de 60 años es de aproximadamente **un varón por cada tres o cuatro mujeres con osteoporosis**.

“La proporción es alrededor de tres, cuatro varones arriba de 60 años. En el varón es más tardada la presentación de la osteoporosis, en los mayores de 40 años por cada tres o cuatro mujeres hay un varón, pero también presentan osteoporosis. En el caso del varón, **se retrasa diez años más que en las mujeres por factores hormonales también**”, detalló.

Las consecuencias de no detectar a tiempo la enfermedad pasan por la fractura de cualquier hueso, **principalmente de la cadera**, debido a las caídas que son comunes en la tercera edad. Cerca de 20 por ciento de las y los pacientes mueren en el primer año después de la fractura debido a comorbilidades asociadas, como diabetes o hipertensión y entre **40 y 50 por ciento quedan con limitaciones de movilidad** para valerse de manera autónoma.

Ruiz González invitó a la población a **modificar hábitos que podrían desencadenar la enfermedad** como es el tabaquismo, el alto consumo de café o refrescos, sedentarismo y mal control de enfermedades crónicas o autoinmunes que deterioran la densidad de los huesos.

Las personas de 50 años **deben realizarse de manera periódica una densitometría ósea para conocer el estado de sus huesos** y prevenir una osteopenia, una etapa anterior a la osteoporosis, o iniciar un tratamiento para controlar la enfermedad y evitar que avance.

El doctor invitó a las actividades a propósito del **Día Mundial de la Osteoporosis** el 20 de octubre de 2025 con la conferencia **“Mitos y realidades de la osteoporosis”**, que tendrá lugar en el auditorio “Dr. Horacio Padilla Muñoz” del HCG “Fray Antonio Alcalde”, a las 9:00 horas. A todas las mujeres mayores de 50 años de edad que asistan a la conferencia se les agendará una cita para una densitometría.

Atentamente
“Piensa y Trabaja”
“1925-2025. Un Siglo de Pensar y Trabajar”
Guadalajara, Jalisco, 15 de octubre de 2025

Texto: Prensa UdeG
Fotografía: Gustavo Alfonso

Etiquetas:

[Francisco Ruiz González](#) [1]

[El Hospital Civil de Guadalajara](#) [2]

URL Fuente:

<https://comsoc.udg.mx/noticia/especialista-recomienda-realizarse-una-densitometria-osea-despues-de-los-50-anos>

Links

[1] <https://comsoc.udg.mx/etiquetas/francisco-ruiz-gonzalez>

[2] <https://comsoc.udg.mx/etiquetas/el-hospital-civil-de-guadalajara>