

Declaración española sobre la Vitamina D en el manejo de la osteoporosis



En octubre de 2005 se celebró en Dublín la Cumbre Europea sobre el Papel de la Vitamina D en el Tratamiento de la Osteoporosis, auspiciada por el Trinity College de Dublín y el Nottingham City Hospital del Reino Unido, y donde se elaboró la Declaración Europea sobre la Vitamina D. Esta Cumbre contó con la representación de diferentes sociedades médicas españolas.

Aunque las directrices de tratamiento recomiendan que los pacientes con osteoporosis tomen Vitamina D conjuntamente con su tratamiento contra esta enfermedad, hasta dos de cada tres personas tienen insuficiencia de esta vitamina. Cada vez es más necesario incrementar el nivel de concienciación sobre el papel esencial que la vitamina D desempeña en el manejo de la osteoporosis.

En España, y como continuación a la Cumbre Europea, se celebró en Madrid el pasado 9 de marzo de 2006 la 'Cumbre Española sobre el Papel de la Vitamina D en el Tratamiento de la Osteoporosis' que contó con el auspicio de la Facultad de Medicina de la Universidad Autónoma de Madrid.

Todas las sociedades médicas relacionadas con la osteoporosis de nuestro país, así como representantes de los pacientes españoles afectados por esta enfermedad participaron en esta reunión y elaboraron la '**Declaración Española sobre la Vitamina D**' que ahora presentamos en este documento.

Dr. José Manuel Quesada,
Coordinador de la Cumbre Española

Dr. Esteban Jódar,
Coordinador de la Cumbre Española

Los niveles bajos de vitamina D pueden producir disminución de la absorción de calcio, hiperparatiroidismo secundario, alto recambio óseo, osteoporosis y aumento del riesgo de fracturas.

• Punto de acción:

Identificar los hechos clave, que ayudarán a la población en general así como a sus médicos a comprender la importancia de la vitamina D en el tratamiento de la osteoporosis.

• Medida del éxito:

En la práctica clínica los pacientes con insuficiencia de vitamina D son tan frecuentes que se necesita un tratamiento generalizado, pero la medida de los niveles 25OHD en suero no es necesaria.

De acuerdo con las directrices europeas, deberíamos al menos doblar el número de pacientes con osteoporosis que reciben regularmente una ingesta adecuada de vitamina D.

La vitamina D es importante para el mantenimiento de la función y coordinación muscular. La insuficiencia de vitamina D puede incrementar el riesgo de caídas y fracturas.

• Punto de acción:

En el manejo preventivo de las caídas, aconsejar la prevención ante la insuficiencia de vitamina D.

• Medida del éxito:

El acuerdo de los servicios involucrados en el manejo de las caídas para tratar de corregir de manera rutinaria la insuficiencia de vitamina D.

En España, existe una alta prevalencia de insuficiencia de vitamina D en ambos sexos, independientemente de la estación del año, o de la localización geográfica.

Aunque es importante en todas las etapas de la vida, esta prevalencia es especialmente relevante en mujeres posmenopáusicas y personas de edad.

• Punto de acción:

Aumento de la toma de conciencia por los médicos de la alta prevalencia de la insuficiencia de vitamina D y de la necesidad de asegurar su corrección.

• Medida del éxito:

Al menos doblar el porcentaje de pacientes con osteoporosis que toman vitamina D a finales de 2010.

• Los puntos clave son:

- ▶ Muy elevada prevalencia de la insuficiencia de vitamina D en cualquier localización geográfica.
- ▶ La vitamina D proporciona múltiples beneficios para la función muscular, caídas y para la salud ósea.
- ▶ La vitamina D tiene un buen perfil de seguridad, incluso a dosis elevadas.

La vitamina D es un elemento esencial en el tratamiento de la osteoporosis. La eficacia de los fármacos para la osteoporosis ha sido demostrada, en la mayoría de los estudios, asociados a calcio y vitamina D. La vitamina D contribuye a maximizar la efectividad de medicación prescrita para la prevención de las fracturas, con un buen perfil de seguridad.

La importancia de alcanzar unos niveles adecuados de vitamina D en los pacientes con osteoporosis hace necesario nuevas estrategias terapéuticas que mejoren los niveles de vitamina D.

• Punto de acción:

Identificar los factores clave que ayudarán a la población en general y a sus médicos a comprender la importancia de la vitamina D en el tratamiento de la osteoporosis.

• Los puntos clave son:

1. La vitamina D es esencial para la prevención de caídas y fracturas.
2. No se puede absorber la cantidad suficiente de calcio sin vitamina D.
3. La mayor parte de la población no obtiene cantidad suficiente de vitamina D de la dieta y del sol.

4. Casi todo el mundo debería tomar vitamina D como parte del tratamiento junto con los medicamentos prescritos. La vitamina D tiene un buen perfil de seguridad, incluso a dosis elevadas.

• Medida del éxito

Aumento en las recomendaciones de los profesionales de la salud para que se incluya la vitamina D en las terapias para la osteoporosis con probada eficacia en la reducción del riesgo de fracturas.

Las sociedades científicas, y organizaciones de apoyo a pacientes con osteoporosis deberían promover y proporcionar información actualizada sobre la importancia del papel que desempeña la vitamina D en la reducción del riesgo de caídas y fracturas.

• Punto de acción:

Desarrollar material educativo para explicar la importancia de la vitamina D y su papel en la función muscular, la salud ósea y el tratamiento de la osteoporosis, y alentar el seguimiento de las directrices nacionales establecidas.

• Medida del éxito:

Que en toda la literatura de los grupos de pacientes con osteoporosis y también en los sitios web a finales de 2007 esté incluida una orientación precisa sobre la importancia de la vitamina D en la absorción adecuada del calcio.

La prevención de la osteoporosis empieza en etapas tempranas de la vida y continúa a lo largo de toda ella. Junto con una dieta equilibrada y la práctica de ejercicio diario, la ingesta adecuada de calorías, el calcio y vitamina D son esenciales para la prevención de la misma

• Punto de acción:

Llevar la prevención de la osteoporosis a la escuela y a todos los programas de educación sanitaria en general.

Representantes de la Sociedades participantes:

Coordinadores

Dr. José Manuel Quesada

Dr. Esteban Jódar

Asociación Española Contra la Osteoporosis (AECOS)

Dña. Carmen Sánchez

Asociación Española para el Estudio de la Menopausia (AEEM)

Dr. Santiago Palacios

Dr. Faustino Pérez-López

Fundación Hispana de Osteoporosis y Enfermedades Metabólicas Óseas (FHOEMO)

Dr. Manuel Díaz Curiel

**Grupo de Estudio e Investigación en Osteoporosis (GEIOS)
de la Sociedad Española de Cirugía Ortopédica y Traumatológica (SECOT)**

Dr. José Ramón Caeiro

Dr. Pedro Carpintero

Dr. Antonio Herrera

Grupo de Metabolismo Óseo de la Sociedad Española de Endocrinología y Nutrición (SEEN)

Dr. Manuel Muñoz

Sociedad Española de Investigaciones Óseas y Metabolismo Mineral (SEIOMM)

Dr. Carlos Gómez Alonso

Dra. Nuria Guañabens

Grupo de Osteoporosis de la Sociedad Española de Medicina Rural y Generalista (SEMERGEN)

Dr. Juan Saavedra

Dra. Carmen Valdés

Grupo de Reumatología de la Sociedad Española de Medicina de Familia y Comunitaria (SEMFYC)

Dr. José Sanfélix

Dr. Alejandro Tejedor

Grupo de Trabajo en Osteoporosis de la Sociedad Española de Medicina Interna (SEMI)

Dr. Manuel Sosa

Sociedad Española de Reumatología (SER)

Dra. Pilar Aguado

Dr. Jordi Fiter