

FICHA 7: MANEJO DE LA MUJER OSTEOPORÓTICA PREMENOPÁUSICA

No se debe establecer el diagnóstico de osteoporosis premenopáusica exclusivamente con criterios densitométricos, siendo necesario realizar un cuidadoso examen para descartar una osteoporosis secundaria.

Recomendaciones generales orientativas para el tratamiento de mujeres osteoporóticas premenopáusicas (adaptado de guías específicas, con listado de fármacos por grupos terapéuticos y orden alfabético)

1. Medidas no farmacológicas. Si bien se deben recomendar en todos los pacientes osteoporóticos, en las formas premenopáusicas son uno de los pilares fundamentales del tratamiento. Son muy recomendables el ejercicio físico, la exposición solar y evitar el consumo de tabaco y alcohol.
2. Tratamiento etiológico de la osteoporosis secundaria.
3. Medidas farmacológicas
 - Suplementos dietéticos: 1.000-1.200 mg de calcio y 800-1.000 UI de vitamina D al día en caso de insuficiente aporte y exposición solar.
 - Terapia hormonal sustitutiva (THS) en mujeres con síntomas climatéricos durante el tiempo más corto posible y con las dosis más bajas efectivas.
 - En casos graves considerar remitir al paciente a una Unidad específica de tratamiento de la osteoporosis.

Ver las recomendaciones generales en los tratamientos farmacológicos de la osteoporosis y las consideraciones especiales de algunos fármacos (Ficha 3).

