

# Osteoporose: doença "silenciosa" Tratamento inovador chegou



**De acordo com a Organização Mundial de Saúde, cerca de 200 milhões de mulheres do mundo inteiro sofrem de Osteoporose, uma patologia que afecta um terço da população feminina entre os 60 e os 70 anos. Para além disso, a Osteoporose é responsável, na Europa, por uma fractura em cada 30 segundos. Em Portugal, calcula-se que meio milhão de mulheres sofre de osteoporose, contudo, apenas 230 mil estão diagnosticadas. Cerca de 10 por cento dos homens portugueses com mais de 50 anos tem esta patologia.**

"Toda a gente sofre de Osteoporose". Embora sejam as mulheres, com todas as consequências da menopausa, o grupo da população mais afectado por esta doença e a maior parte desta população nunca ter efectuado tratamentos de prevenção para o aparecimento desta doença, o certo é que também os homens apresentam uma redução progressiva da massa óssea e como tal, antes de mais, o especialista deixa o alerta: "é preciso saber identificar e diminuir o risco de fractura nos homens e mulheres".

Tratando-se de uma doença "silenciosa" esta manifesta-se, na maior parte dos casos, sob as suas formas mais graves, nas fracturas quer ao nível da anca, da coluna e do punho.

A população idosa é a mais afectada pela Osteoporose, particularmente a do sexo feminino. Esta é uma das doenças mais subdiagnosticadas e sub-tratadas em todo o mundo, afectando milhões de pessoas, com consequências sociais e económicas.

Cerca de 30% das mulheres em idade pós-menopausa vê a sua vida afectada pela osteoporose, uma doença cuja incidência e o custo social tem vindo a aumentar exponencialmente face ao alargamento da esperança média de vida, à alteração dos hábitos alimentares e ao acréscimo do trabalho sedentário.

No entanto, o grande problema reside no facto de a população ainda não estar completamente alertada para a gravidade da situação, face a situações que se verificaram no passado. "A Osteoporose é uma doença silenciosa, e é difícil para o indivíduo ter a noção da existência da patologia, a não ser que já conheça alguns dos factores de risco que poderão favorecer o seu desenvolvimento", explicou o especialista ao nosso jornal.

A prevenção da Osteoporose passa, essencialmente, pela adopção de hábitos de vida saudáveis: prática de exercício físico; efectuar uma densitometria óssea - prin-

cipalmente no período pós-menopausa; eliminação dos factores de risco como o álcool, tabaco, café e sedentarismo; não consumir alguns medicamentos como os corticóides e fazer uma alimentação rica ao nível de prótidos e de cálcio.

A Osteoporose é uma doença grave e progressiva associada a significativa incapacidade e mortalidade. Para além disso, está sub-diagnosticada e sub-tratada e "por isso, as suas consequências serão devastadoras para os doentes e para os seus familiares". Segundo o especialista, "caso o doente sobreviva à doença, não se pode esquecer o impacto dos custos directos e indirectos elevados, do ponto de vista social e económico".

## PST: UM TRATAMENTO INOVADOR E SEM QUÍMICOS

Com o intuito da prevenção e do tratamento "sem químicos", surgiu, já há alguns

anos, na Alemanha, o tratamento PST - Pulsed Signal Therapy - que consiste no envio, ao nível da articulação afectada, de campos electromagnéticos e que apresenta uma elevada taxa de eficácia e com resultados, em geral, nas primeiras oito a doze semanas.

As tecnologias médicas PST Ortho (tratamento da artrose de um conjunto de outras patologias e lesões do sistema músculo-esquelético) e PST Osteo (prevenção e tratamento da osteoporose) estão disponíveis em Angra do Heroísmo, no Centro de Fisioterapia de Angra, com apoio de médicos das especialidades de Fisioterapia, Ortopedia e Medicina Geral e Familiar e, em Ponta Delgada, no Centro Médico Dr. Paz Ferreira, com apoio de médicos especialistas em Ortopedia, Medicina Interna e Psiquiatria.

Estas clínicas juntam-se a muitas outras espalhadas pelo país, no recurso a umas das mais avançadas terapias não invasiva contra a Artrose e outras lesões do aparelho locomotor, que afligem de forma crescente os portugueses.

O especialista responsável pela clínica em Ponta Delgada afirmou ao nosso jornal que "estes tratamentos são seguros, eficazes e com a vantagem de não serem invasivos ou químicos e sem efeitos secundários adversos, sendo, por isso, bem tolerados pelos pacientes, mesmo os mais idosos. O processo é indolor e estimula o metabolismo celular, promovendo a regeneração dos tecidos afectados, nomeadamente das cartilagens e dos tecidos conjuntivos". No entanto, Virgílio Paz Ferreira realça que "quer no caso de Artroses quer de Osteoporose estes tratamentos requerem sempre uma prescrição e uma indicação médica. Não é qualquer paciente que pode fazer este tipo de tratamento". O PST não é, no entanto, indicado para alguns grupos da população, nomeadamente grávidas, crianças e casos de doentes com patologia tumoral ou com antecedentes nesta área patológica.

## UM TERÇO DAS MULHERES NÃO FAZ TRATAMENTO E MAIORIA DESCONHECE RISCOS

De acordo com um estudo realizado em 2002 pela Fundação Internacional de Osteoporose (FIO) em 11 países, 85 por cento das mulheres pós-menopáusicas não acreditam que se encontram em risco de desenvolver Osteoporose e um terço das mulheres osteoporóticas afirma não estar a fazer qualquer medicação para prevenir fracturas.

Um em cada cinco doentes que sofrem uma fractura da anca morre por complicações associadas num período de seis meses. Apesar de ser uma doença grave, progressiva e com elevadas taxas de incapacidade e mortalidade, a Osteoporose está subdiagnosticada e sub-tratada na Europa.

Este mesmo estudo indica que a perda de massa óssea não está a ser detectada a tempo de proteger as mulheres pós-menopáusicas de fracturas, isto apesar de se ter assistido, na última década, a uma evolu-

# que atinge homens e mulheres ga a São Miguel e Terceira

ção substancial na identificação de factores de risco, nas técnicas de diagnóstico e nos fármacos para a Osteoporose.

Embora uma em cada três mulheres pós-menopáusicas seja afectada pela Osteoporose, 85 por cento não acreditam que se encontram em risco de desenvolver a doença, revela o estudo.

Para além disso, 80 por cento das mulheres com Osteoporose admite que não conheciam os factores de risco antes de serem diagnosticadas e, para surpresa dos investigadores, um terço destas doentes afirma não estar a fazer qualquer medicação para prevenir fracturas.

Por outro lado, apenas um em cada três médicos afirma discutir a Osteoporose com as suas doentes e a grande maioria das mulheres refere que nunca conversou com o seu médico acerca da patologia.

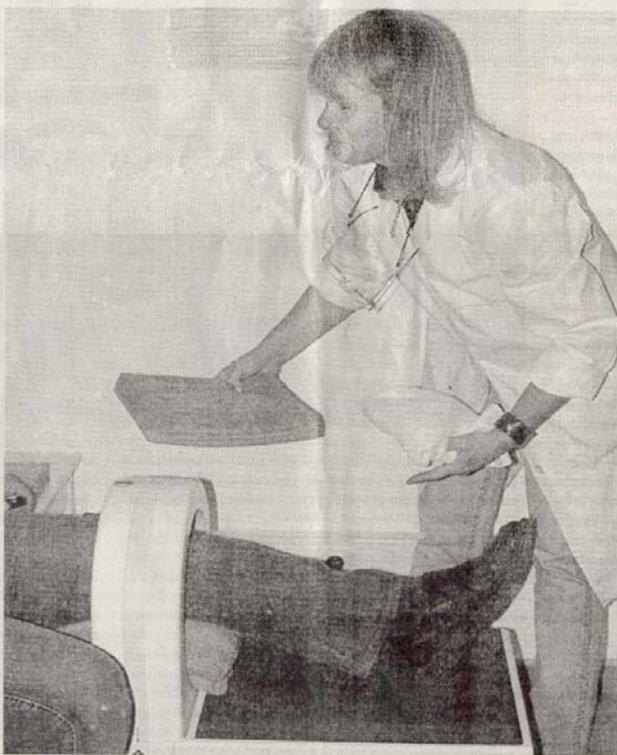
Segundo revelam os resultados do inquérito da FIO, os tratamentos preventivos não estão a ser disponibilizados às mulheres a tempo de prevenir fracturas. Oitenta por cento dos médicos inquiridos refere que um dos maiores indicadores para iniciar uma terapêutica é a existência de uma fractura vertebral, o que significa que quase não existe prevenção e detecção da doença.

No entanto, as análises económicas da saúde mostram que as terapêuticas para a Osteoporose reduzem, de facto, o risco de fracturas e são custo-eficazes: a redução do risco de fracturas conduz a uma diminuição dos custos (emergência, cirurgia ortopédica, reabilitação) e à melhoria da qualidade de vida do doente.

Uma das terapêuticas mais eficazes no tratamento da Osteoporose é o alendronato, um bisfosfonato que demonstrou em vários estudos reduzir de forma significativa o risco de fracturas vertebrais, periféricas e da anca. Em breve vai estar disponível uma nova abordagem no tratamento da doença (a toma única semanal) para maior comodidade e adesão dos doentes à terapêutica. O alendronato passou recentemente a estar também indicado no tratamento da Osteoporose masculina, doença pouco valorizada mas com uma importância crescente.

## HOMENS TAMBÉM SÃO AFECTADOS POR DOENÇA SILENCIOSA

A Osteoporose é geralmente considerada como uma doença de mulheres, uma vez que cerca de 30 a 40 por cento da população feminina mundial sofre desta patologia,



gria, sobretudo na pós-menopausa.

Contudo, os homens também são afectados pela Osteoporose, "uma doença subdiagnosticada e sub-tratada, associada a morbilidade e mortalidade significativas", refere Virgílio Paz Ferreira.

"A Osteoporose continua a ter uma grande prevalência no sexo feminino, sobretudo na pós-menopausa, mas todos os dados indicam que os homens também apresentam uma redução progressiva da massa óssea", acrescenta, uma vez que "é preciso saber identificar e diminuir o risco de fractura nos homens".

Em muitos dos casos, as fracturas osteoporóticas no sexo masculino estão muito mais associadas a uma mortalidade precoce, sobretudo logo após à ocorrência das fracturas.

De acordo com a Organização Mundial de Saúde, cerca de 200 milhões de mulheres do mundo inteiro sofrem de Osteoporose, uma patologia que afecta um terço da população feminina entre os 60 e os 70 anos. Para além disso, a Osteoporose é responsável, na Europa, por uma fractura em cada 30 segundos. Em Portugal, calcula-se que meio milhão de mulheres sofre de Osteoporose, contudo, apenas 230 mil estão diagnosticadas. Cerca de 10 por cento dos homens portugueses com mais de 50 anos tem a patologia.

Existe uma fraca sensibilização para a doença e para o risco de ocorrerem fracturas, o que faz com que os indivíduos não estejam a ser correctamente tratados. De acordo com os especialistas, que prevêem que as fracturas da anca tripliquem até 2050, a prevenção e a detecção precoce da doença são fundamentais para travar esta "epidemia silenciosa".

Para mudar este cenário, a prevenção é fundamental, não esquecendo contudo, que a Osteoporose é uma doença que poderá estar associada a factores genéticos que ainda estão em fase de identificação. Os especialistas desta área referem que a tendência é para que o número de casos diagnosticados de Osteoporose continue a aumentar.

A Osteoporose, na sua definição, é uma falta da densidade mineral óssea, em que passa a existir uma maior prevalência nas mulheres no período pós-menopausa e, segundo Virgílio Paz Ferreira, os tratamentos actualmente praticados não permitem a cura mas sim "efectuar a prevenção do seu aparecimento".