



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

Madrid, 9 de marzo de 2006

Dr. JOSÉ MANUEL QUESADA<sup>a</sup>, Dr. ESTEBAN JÓDAR<sup>a</sup>,  
Dña. CARMEN SÁNCHEZ<sup>b</sup>, Dr. FAUSTINO PÉREZ-LÓPEZ<sup>c</sup>,  
Dr. MANUEL DÍAZ CURIEL<sup>d</sup>, Dr. ANTONIO HERRERA<sup>e</sup>,  
Dr. PEDRO CARPINTERO<sup>e</sup>, Dr. JOSÉ RAMÓN CAEIRO<sup>e</sup>,  
Dr. MANUEL MUÑOZ<sup>f</sup>, Dra. NURIA GUAÑABENS<sup>g</sup>,  
Dr. MANUEL SOSA<sup>i</sup>, Dr. CARLOS GÓMEZ ALONSO<sup>g</sup>,  
Dr. JUAN SAAVEDRA<sup>h</sup>, Dra. CARMEN VALDÉS<sup>h</sup>,  
Dr. JOSÉ SANFÉLIX<sup>i</sup>, Dr. ALEJANDRO TEJEDOR<sup>i</sup>,  
Dra. PILAR AGUADO<sup>k</sup> Y Dr. JORDI FITER<sup>k</sup>

<sup>a</sup>Coordinador

<sup>b</sup>Asociación Española Contra la Osteoporosis (AECOS)

<sup>c</sup>Asociación Española para el Estudio de la Menopausia (AEEM)

<sup>d</sup>Fundación Hispana de Osteoporosis y Enfermedades Metabólicas Óseas (FHOEMO)

<sup>e</sup>Sociedad Española de Cirugía Ortopédica y Traumatología (SECOT)

<sup>f</sup>Sociedad Española de Endocrinología y Nutrición (SEEN)

<sup>g</sup>Sociedad Española de Investigaciones Óseas y Metabolismo Mineral (SEIOMM)

<sup>i</sup>Sociedad Española de Medicina Interna (SEMI)

<sup>h</sup>Sociedad Española de Medicina Rural y Generalista (SEMERGEN)

<sup>i</sup>Sociedad Española de Medicina de Familia y Comunitaria (SEMFYC)

<sup>k</sup>Sociedad Española de Reumatología (SER)

### LA VITAMINA D ES ESENCIAL PARA LA SALUD

*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.

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.

**Medida del éxito:** Al menos doblar el porcentaje de pacientes con osteoporosis que toman vitamina D a finales de 2010.

*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 del 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 la 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.

La “Declaración española sobre la Vitamina D en el manejo de la osteoporosis”, se difundirá en las sociedades respectivas y sus medios de difusión, en la prensa científica, y medios en general.