



# CAMPAÑA DE PREVENCIÓN DE OSTEOPOROSIS



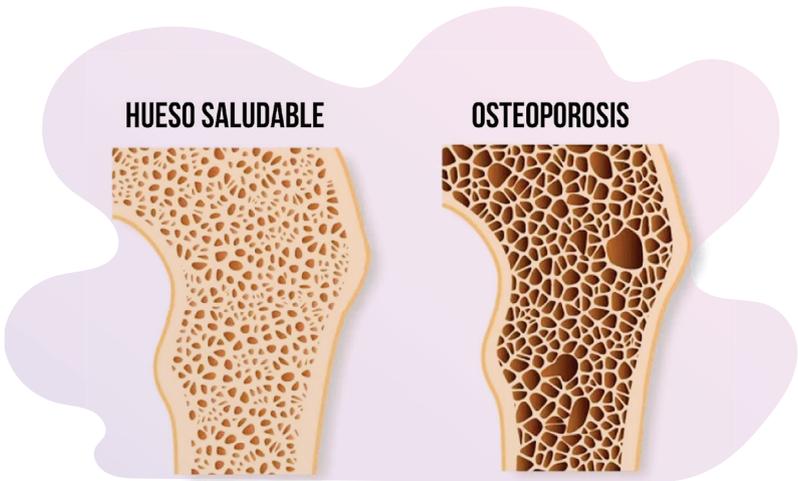
Tu salud es importante para nosotros, estamos mejorando nuestros servicios

La Contraloría General del Estado considerando las necesidades de sus servidores públicos, a través de la Gerencia Nacional de Recursos Humanos ha programado la “Campaña de Prevención de Osteoporosis” que se realizará gratuitamente en instalaciones de la CGE mediante un Analizador de Densitometría Osea.

Para participar de esta campaña es necesario tomar en cuenta la siguiente información:

## ¿Qué es la Osteoporosis?

Es una enfermedad de los huesos, en la que se produce una disminución de la densidad de masa ósea, así los huesos se vuelven más porosos, aumenta el número y el tamaño de las cavidades o celdillas que existen en su interior y son más frágiles.



## ¿Cuáles son las Causas?

Una persona a partir de los 35 años inicia una pérdida natural de masa ósea, sin embargo, las mujeres en la menopausia aceleran la pérdida de hueso y la disminución de la capacidad de absorción de calcio.

Otras causas: alcoholismo, fármacos (glucocorticoides, tratamiento hormonal utilizado para el tratamiento de cáncer de mama y de próstata), enfermedades inflamatorias reumáticas, endocrinas, hepáticas, insuficiencia renal y la falta de consumo de calcio de fuentes naturales en vegetales, cereales, lácteos, entre otras

## ¿Qué es el Analizador de Densitometría Ósea?

Es un equipo médico que permite estudiar la pérdida de masa ósea y la probabilidad de fracturas a través de resultados gráficos, mediante un análisis de densidad ósea por ultrasonidos en el calcáneo (hueso del talón).



# ¿Cuál es el Tratamiento?

Como medida generalizada, se recomienda el tratamiento nutricional que consiste en mantener hábitos de vida saludable, como una dieta equilibrada rica en calcio, abandonar el tabaco y el consumo excesivo de alcohol, algunas personas pueden requerir suplementos de calcio y vitamina D, además del ejercicio físico. Asimismo, existen tratamientos que evitan que los huesos se reabsorban con fármacos que deben ser recetados y dosificados por el personal médico competente.



**La campaña gratuita se realizará los días 16 y 17 de noviembre de 2021, para participar no olvides registrarte con el personal del Servicio Médico de la CGE, asimismo te invitamos a participar de la charla informativa sobre Osteoporosis a cargo de un médico especialista.**

**Fecha: 15 de noviembre de la gestión en curso**  
**Horas: 18:00 a través del siguiente enlace:**

**Enlace:**

**<https://us02web.zoom.us/j/85152402345?pwd=eMzZmNGsyNmhOVXJnTIVPRG1seHk3UT09>**

**ID: 851 5240 2345;**  
**Contraseña: 645747**

