

La osteoporosis tiene una causa secundaria en el 80% de los casos en hombres y en el 50% en mujeres en edad fértil

- **La disminución de la densidad y de la calidad del hueso no causa dolor por sí misma, por lo que, en muchas ocasiones, la primera manifestación clínica es una fractura por fragilidad**
- **Los endocrinólogos destacan que es fundamental concienciar a la sociedad sobre la prevención, la detección precoz de los factores de riesgo y la necesidad de estudiar posibles causas secundarias de la osteoporosis**
- **La osteoporosis secundaria puede estar relacionada con enfermedades del ámbito de la Endocrinología y Nutrición, además de enfermedades digestivas, inflamatorias, renales, hepáticas, hematológicas u oncológicas, así como la inmovilidad prolongada, el bajo peso, la desnutrición y el déficit de calcio o vitamina D**

Madrid, 19 de octubre de 2026.- La osteoporosis no es una consecuencia inevitable de la edad; con una valoración adecuada, la identificación de sus causas y un tratamiento individualizado es posible reducir considerablemente el riesgo de fractura y preservar la autonomía del paciente. **En el marco del Día Mundial de la osteoporosis, que se celebra cada 20 de octubre,** la **Dra. María Rosa Alhambra Expósito, miembro del Grupo de Trabajo de Metabolismo Mineral y Óseo de la Sociedad Española de Endocrinología y Nutrición (SEEN),** apunta que el adecuado abordaje de la osteoporosis comienza por identificar de forma precoz las causas secundarias como las enfermedades, los tratamientos y las situaciones capaces de deteriorar el hueso. Así, para la experta, *“es esencial valorar el riesgo de fractura desde el inicio mediante la historia clínica, las herramientas de cálculo disponibles y, cuando esté indicado, realizar una densitometría ósea”*.

En el contexto de la **campaña ‘12 meses en Endocrinología y Nutrición. 12 pasos hacia la salud’**, la SEEN incide en la importancia del diagnóstico y el tratamiento precoz en la osteoporosis secundaria para evitar fracturas. En las personas con osteoporosis, se identifica un factor secundario en alrededor del 50-80% de los hombres, un 20-30% de las mujeres tras la menopausia y en más de la mitad de las mujeres en edad fértil.

Ante estas cifras y, en línea con la [European Society of Endocrinology \(ESE\)](#) y su proyecto [EndoCompass](#), la SEEN considera la osteoporosis secundaria como un desafío clínico que requiere una investigación prioritaria por esta alta prevalencia, su impacto socioeconómico y las limitaciones de las herramientas diagnósticas actuales.

La osteoporosis secundaria es la pérdida de resistencia ósea provocada o favorecida por una causa identificable diferente al envejecimiento o la menopausia. Algunas de sus

causas son las alteraciones endocrinológicas u hormonales como el hiperparatiroidismo primario, el hipertiroidismo, el hipogonadismo o el síndrome de Cushing, así como la diabetes, la cirugía bariátrica, la anorexia nerviosa y el tratamiento prolongado con corticoides. La osteoporosis secundaria puede estar relacionada también con enfermedades, digestivas, inflamatorias, renales, hepáticas, hematológicas u oncológicas. Asimismo, la inmovilidad prolongada, el bajo peso, la desnutrición y el déficit de calcio o vitamina D influyen también en su desarrollo.

Entre las pautas terapéuticas que pueden contribuir a la presencia de osteoporosis, se encuentran los corticoides, algunos tratamientos hormonales contra el cáncer, antiepilépticos e inmunosupresores. El riesgo depende de la dosis, la duración y las características de cada persona, *“por lo que la medicación no debe suspenderse sin indicación médica”*, advierte la endocrinóloga.

Una enfermedad silenciosa

En cuanto a los síntomas, la Dra. Alhambra manifiesta que la osteoporosis es una enfermedad silenciosa: *“la disminución de la densidad y de la calidad del hueso no causa dolor por sí misma, por lo que, en muchas ocasiones, la primera manifestación clínica es una fractura por fragilidad, es decir, aquella que se produce ante un traumatismo de baja intensidad”*, explica la facultativa.

Las fracturas vertebrales pueden ocasionar dolor dorsal o lumbar de aparición brusca, pérdida progresiva de estatura y aumento de la curvatura de la columna, aunque algunas pasan inadvertidas. Por ello, la especialista hace hincapié en que *“la ausencia de síntomas no descarta que sea osteoporosis y resulta esencial valorar de manera anticipada a las personas con factores de riesgo”*.

La SEEN considera fundamental la celebración del Día Mundial de la osteoporosis para visibilizar una enfermedad frecuente, silenciosa e infradiagnosticada. *“Esta efeméride permite recordar que la primera manifestación puede ser una fractura con importantes consecuencias sobre la autonomía, la calidad de vida y la mortalidad”*, destaca la endocrinóloga.

El abordaje multidisciplinar, esencial

El endocrinólogo desempeña un papel fundamental porque el hueso es un tejido metabólicamente activo, estrechamente relacionado con el funcionamiento hormonal, la nutrición y diversas enfermedades crónicas. Su labor incluye evaluar el riesgo de fractura, investigar causas secundarias y seleccionar y supervisar el tratamiento más adecuado. *“Además, muchas de las enfermedades o factores de riesgo de osteoporosis secundaria están presentes en los pacientes que son atendidos por médicos especialistas en Endocrinología y Nutrición, por lo que ejercen un papel clave en la detección precoz y el planteamiento inicial en el abordaje”*, sostiene la experta.

El abordaje multidisciplinar es crucial. Atención Primaria, Endocrinología y Nutrición, Reumatología, Geriátrica, Traumatología, Rehabilitación, Enfermería y Fisioterapia

participan en la detección precoz, el tratamiento de las fracturas, la recuperación funcional, la prevención de caídas y la adherencia terapéutica. *“Esta coordinación entre diferentes disciplinas permite preservar la movilidad, la autonomía y la calidad de vida del paciente”*, afirma la endocrinóloga.

Asimismo, es fundamental tratar adecuadamente la causa subyacente y mantener una alimentación rica en calcio, con un apropiado aporte de proteínas, niveles adecuados de vitamina D y realizar ejercicio de manera regular que combine actividades de carga, fortalecimiento muscular y trabajo de equilibrio. Por otra parte, deben evitarse el tabaco y el alcohol y prevenir las caídas mediante la revisión de la visión, el calzado, la medicación y el entorno doméstico.

Hacia un abordaje personalizado

La Dra. Alhambra sostiene que, en los últimos años, se ha avanzado hacia una valoración más personalizada del riesgo de fractura que no solo se centra en la densitometría. Asimismo, se han ampliado las opciones terapéuticas, se presta mayor atención a la secuencia de los tratamientos y se está mejorando la detección de fracturas vertebrales en pruebas de imagen realizadas por otras causas.

No obstante, los principales desafíos para los endocrinólogos son el infradiagnóstico y el infratratamiento, incluso después de una fractura por fragilidad. *“Además, persisten dificultades para identificar causas secundarias, mantener la adherencia, garantizar un acceso equitativo a los tratamientos y asegurar la continuidad asistencial. El reto es detectar antes a las personas en riesgo y evitar tanto la primera fractura como las posteriores”*, finaliza la especialista.

Sobre SEEN

La Sociedad Española de Endocrinología y Nutrición (SEEN) es una sociedad científica compuesta principalmente por médicos especialistas en Endocrinología y Nutrición y por otros titulados del ámbito biomédico que trabajan en el campo de la Endocrinología, Diabetes, Nutrición y Metabolismo para profundizar en su conocimiento y difundirlo.

En la actualidad, la SEEN está formada por casi 2.700 miembros, todos ellos implicados en el estudio de las hormonas, el metabolismo y la nutrición. Está reconocida como una Sociedad Científica de referencia en estas áreas temáticas entre cuyos objetivos se encuentra la generación de nuevos conocimientos y su traslado a la atención clínica que conlleve mejoras en el diagnóstico y el tratamiento de aquellos pacientes con enfermedades endocrinológicas y/o nutricionales.

Prensa Sociedad Española de Endocrinología y Nutrición (SEEN)

Vanessa Martín

comunicacion@seen.es

686171882

Agencia de comunicación - BERBÈS

Ana Serrano / Isabel Torres/ Carmen Rodríguez

anaserrano@berbes.com; isabeltorres@berbes.com; carmenrodriguez@berbes.com

91 563 23 00