

METABOLISMO MINERAL

Generalidades sobre marcadores de remodelado óseo y densitometría ósea. El hueso y su integración con otros órganos endocrinos

INFORMACIÓN PARA PACIENTES

Manuel Muñoz Torres. Endocrinología y Nutrición. Unidad de Gestión Clínica de Endocrinología y Nutrición. Hospital Universitario San Cecilio. Granada. Departamento de Medicina. Universidad de Granada. Instituto de Investigación Biosanitaria de Granada (ibs. GRANADA). CIBERFES, Instituto de Salud Carlos III.

Rebeca Reyes García. Endocrinología y Nutrición. Unidad de Endocrinología. Hospital General Universitario Rafael Méndez, Lorca. Murcia.

Pedro Rozas Moreno. Endocrinología y Nutrición. Servicio de Endocrinología. Hospital General de Ciudad Real. Ciudad Real.

¿Qué es?

La densitometría ósea es una prueba médica que mide la cantidad de calcio y otros minerales en los huesos, lo que permite conocer su fortaleza y el riesgo de fracturas. Es el método más utilizado para diagnosticar osteoporosis y valorar la salud ósea.

¿Cómo se realiza?

- Se utiliza un aparato especial que emite una dosis muy baja de rayos X.
- Generalmente se mide la densidad ósea en la cadera y la columna lumbar.
- El procedimiento es rápido (10–15 minutos), indoloro y no requiere anestesia.
- No se necesita preparación especial, aunque se recomienda:
 - Evitar tomar suplementos de calcio el mismo día de la prueba.
 - Informar si se ha realizado recientemente un estudio con contraste o una gammagrafía.

¿Por qué puede ser necesaria?

Su médico puede solicitarla para:

- Detectar osteoporosis u osteopenia.
- Evaluar el riesgo de fractura.
- Controlar la respuesta a tratamientos para los huesos.
- Valorar la salud ósea en personas con enfermedades o medicamentos que afectan el metabolismo óseo.

¿Qué significan los resultados?

El informe entrega un valor llamado T-score:

- Normal: mayor a -1

- Osteopenia (masa ósea baja): entre -1 y -2.5
- Osteoporosis: menor a -2.5

Su médico interpretará los resultados considerando su edad, sexo, antecedentes personales y familiares, y otras enfermedades.

¿Es segura?

- La radiación es muy baja, menor a la de una radiografía de tórax.
- No se recomienda realizarla en mujeres embarazadas.

Beneficios de la prueba

- Permite detectar problemas óseos antes de que aparezcan fracturas.
- Ayuda a tomar decisiones sobre el tratamiento y el cuidado de los huesos.
- Facilita el seguimiento en el tiempo.