

INFORMACIÓN PARA EL PACIENTE

# CÁNCER & SALUD ÓSEA

WorldOsteoporosisDay  
October 20

LOVE YOUR  
BONES

[www.worldosteoporosisday.org](http://www.worldosteoporosisday.org)



# ¿QUÉ ES LA OSTEOPOROSIS?

La osteoporosis es una afección en la que los huesos se tornan más delgados y frágiles, por lo que es más probable que se quiebren (fracturen).

A menudo los huesos se ven afectados como resultado del cáncer y su tratamiento. Si usted tiene cáncer y ha recibido tratamientos oncológicos, es importante que sepa que tiene un riesgo aumentado de sufrir osteoporosis y fracturas relacionadas. Como las fracturas por fragilidad a menudo causan discapacidad prolongada, dolor y deterioro de la calidad de vida, se deben tomar medidas tempranas para mantener la salud ósea y reducir el riesgo de fracturas.

## ¿POR QUÉ LOS PACIENTES CON CÁNCER TIENEN RIESGO DE OSTEOPOROSIS?



### Las personas que reciben tratamientos oncológicos tienen mayor riesgo de osteoporosis por varios motivos:

Los tratamientos contra el cáncer, entre ellos la quimioterapia, la radioterapia y los medicamentos como los corticosteroides, afectan negativamente la salud ósea.

Ciertos tipos de cáncer (como el de próstata o de mama) se tratan mediante supresión hormonal, lo que de por sí contribuye a la pérdida de hueso.

El mismo cáncer, o la metástasis ósea, pueden estimular la producción de osteoclastos, las células que degradan el hueso.

Además, otros factores relacionados con el cáncer, como el bajo peso corporal, la fragilidad, la desnutrición o el reposo prolongado en cama, pueden afectar la salud ósea o aumentar el riesgo de caídas.

# CÁNCER DE MAMA

Las mujeres que recibieron tratamientos contra el cáncer de mama tienen un riesgo aumentado de sufrir osteoporosis y fracturas por distintas razones. El estrógeno tiene un efecto protector del hueso y, por ende, los niveles reducidos de estrógeno provocan una pérdida de hueso más rápida. Si una mujer recibió tratamiento adyuvante con inhibidores de la aromatasa para el cáncer de mama, puede presentar un aumento de la pérdida ósea dos a cuatro veces más alto que la tasa normal de pérdida de ósea en la menopausia, y tiene un riesgo de fracturas aumentando en aproximadamente 10% o más. Al igual que la terapia de privación de estrógenos, las cirugías que causan la pérdida de la función ovárica provocan una caída de los niveles de estrógeno. En las mujeres premenopáusicas más jóvenes, el tratamiento contra el cáncer de mama puede tener como resultado una menopausia anticipada, lo cual es un factor de riesgo de osteoporosis.

## EVALUACIÓN PRECOZ DE LA SALUD ÓSEA

Si está bajo tratamiento contra el cáncer, es importante que actúe precozmente para proteger la salud de sus huesos.

El médico evaluará su riesgo de osteoporosis no solo en base a los factores relacionados con el cáncer y su tratamiento sino también a su estilo de vida, antecedentes familiares y otras afecciones (como artritis reumatoide). La evaluación clínica probablemente incluirá una exploración DXA para medir la densidad mineral ósea (DMO), una valoración del riesgo FRAX y una medición de los niveles de calcio, vitamina D y hormona paratiroidea.

# CÁNCER DE PRÓSTATA

Una forma de tratamiento contra el cáncer de próstata es la terapia de privación de andrógenos (TPA), en la que se reduce la cantidad de testosterona y hormonas relacionadas circulantes en el cuerpo con el fin de encoger un tumor de próstata o enlentecer su crecimiento. La pérdida ósea es rápida en los hombres tratados con TPA, en el orden del 2 % al 4 % durante el primer año de tratamiento. En consecuencia, los hombres tratados con terapia hormonal o extracción de los testículos tienen un riesgo significativamente mayor de fracturas.



## ESTRATEGIA PREVENTIVA

Las medidas preventivas siempre abarcan factores de nutrición, ejercicio y estilo de vida. Las recomendaciones de la IOF incluyen:

- Actividad física regular de sostenimiento de peso y fortalecimiento muscular
- Ingesta de 800-1000 UI/día de vitamina D
- Ingesta de calcio de al menos 1000 mg/día
- Dejar de fumar

Dependiendo del estado de salud de sus huesos, se le pueden recetar tratamientos farmacológicos para preservar los huesos y reducir el riesgo de fracturas.

**La visión de la IOF es un mundo sin fracturas por fragilidad en el que la movilidad saludable sea una realidad para todos.**

*Demuestre su apoyo, firme la Carta Global de Pacientes de la IOF en*

**[www.iofglobalpatientcharter.org](http://www.iofglobalpatientcharter.org)**

#### **Acerca de la IOF**

La Fundación Internacional de Osteoporosis (International Osteoporosis Foundation, IOF) es la organización no gubernamental más grande del mundo dedicada a la prevención, el diagnóstico y el tratamiento de la osteoporosis y las enfermedades musculoesqueléticas relacionadas. Los integrantes de la IOF —incluidos comités de investigadores científicos además de 240 sociedades médicas, de investigación y de pacientes de 99 lugares— trabajan juntos para lograr que la prevención de fracturas y la movilidad saludable sean una prioridad en la atención médica mundial. <http://www.iofbonehealth.org> <http://www.facebook.com/iofbonehealth> @iofbonehealth

#### **Acerca de la Coalición Europea de Pacientes con Cáncer**

La Coalición Europea de Pacientes con Cáncer (European Cancer Patient Coalition) es una organización marco que reúne a más de 400 organizaciones de pacientes oncológicos de 46 países. La Coalición trabaja para una Europa de igualdad donde, a lo largo de sus vidas, todos los pacientes oncológicos europeos tengan acceso oportuno y accesible a los mejores tratamientos y atención disponibles. La Coalición Europea de Pacientes con Cáncer cree que los pacientes oncológicos son los socios más importantes en la lucha contra el cáncer y contra todos los problemas relacionados con esta enfermedad que afectan a nuestra sociedad. Los legisladores, los investigadores, los médicos y la industria deben reconocer a los pacientes con cáncer como cocreadores de su propia salud.

<http://www.ecpc.org>

#### **International Osteoporosis Foundation**

9 rue Juste-Olivier • CH-1260 Nyon • Switzerland •  
T +41 22 994 01 00 • F +41 22 994 01 01  
[info@iofbonehealth.org](mailto:info@iofbonehealth.org) • [www.iofbonehealth.org](http://www.iofbonehealth.org)

**#LoveYourBones**

**WorldOsteoporosisDay**   
October20