

2014-10-21 12:01:09

<http://justnews.pt/noticias/jornal-alerta-para-a-doenca-no-dia-da-osteoporose>



Jornal alerta para a doença no Dia da Osteoporose

Foi distribuído, aos clientes dos hipermercados Jumbo, por todo o País, um jornal informativo acerca da osteoporose, abordando as suas causas, consequências e formas de prevenção e tratamento. A ação foi realizada com o apoio da Sociedade Portuguesa de Osteoporose e Doenças Ósseas Metabólicas (SPODOM) e do próprio Grupo Auchan (Jumbo), assinalando o Dia Mundial da Osteoporose, 20 de outubro.

Ana Paula Barbosa, endocrinologista e presidente da SPODOM, considera estas ações muito importantes, uma vez que permitem sensibilizar a população para a existência da doença e alertá-la para os fatores de risco.

“Este tipo de ações permite-nos, através de pequenos conselhos, atuar na área da prevenção.” Ao alertar para os estilos de vida saudáveis a adotar -- e que todos podem “mais ou menos implementar” --, abordando temáticas como a importância da exposição solar, da boa ingestão de produtos lácteos e da abolição de hábitos nefastos para o osso, como o álcool, o tabaco e o sedentarismo, é possível prevenir, segundo a médica, várias situações, nomeadamente a ocorrência de fraturas.

Estima-se que, após os 50 anos, uma em cada três mulheres e um em cada cinco homens sofrerá, pelo menos, uma fratura por osteoporose durante o resto da sua vida. Calcula-se que, mundialmente, ocorra uma fratura osteoporótica a cada três segundos.



Ana Paula Barbosa, presidente da SPODOM,
e Raquel Maravilha, do Grupo Auchan.