



Reducir el consumo de tabaco y alcohol disminuye el número de fracturas de cadera

EFE | Un nuevo estudio, que analizó 40 años de datos del Estudio del Corazón de Framingham, ha encontrado una asociación entre la disminución de las tasas de fracturas de cadera y la disminución del tabaquismo y el consumo de alcohol en exceso. Aunque algunos expertos atribuyen este cambio principalmente a la mejora de los tratamientos para la salud de los huesos, un nuevo estudio respaldado por los Institutos Nacionales de Salud de Estados Unidos sugiere otros factores. Estos resultados, publicados en la revista 'JAMA Internal Medicine', indican que los factores modificables del estilo de vida, junto con los tratamientos, pueden ser beneficiosos para la salud de los huesos.

El análisis incluyó información de 4.918 hombres y 5.634 mujeres que

participaron en el Estudio de Framingham. Estos individuos fueron seguidos por una primera fractura de cadera entre el 1 de enero de 1970 y el 31 de diciembre de 2010. Las tasas de fracturas de cadera, que fueron ajustadas según la edad, disminuyeron en un 4,4 por ciento cada año a lo largo de los 40 años del período de estudio. La disminución se observó tanto en hombres como en mujeres.

En este grupo, la tasa de tabaquismo disminuyó del 38 en la década de 1970 al 15 por ciento en el período de 2006 a 2010. Durante el mismo período, el consumo excesivo de alcohol (definido como tres o más bebidas por día) cayó del 7 al 4,5 por ciento. Las tasas de otros factores de riesgo de fractura de cadera, como el bajo peso y la menopausia temprana, no cambiaron durante el período de estudio.

«Este estudio señala la continua necesidad de intervenciones de salud pública para abordar los factores modificables del estilo de vida, como el fumar y el beber, además de considerar los tratamientos de osteoporosis en los individuos con riesgo de fractura de cadera», explica el líder de la investigación, Timothy Bhattacharyya.

El Estudio Cardíaco de Framingham se inició en 1948 para determinar los factores que contribuyen a la enfermedad cardiovascular. El Instituto Nacional del Corazón, Pulmón y Sangre, asumió la responsabilidad del proyecto en 1949. Aunque muchos de los participantes originales han fallecido, el estudio continúa examinando otras dos generaciones de residentes en Framingham, Massachusetts y sus alrededores.

Los autores del estudio señalan que, dado que los datos procedían exclusivamente de individuos blancos, no está claro si otras poblaciones podrían mostrar una correlación similar basada en factores de estilo de vida. Otro factor limitante fue que los participantes de Framingham tenían tasas de obesidad más bajas que el promedio nacional. Además, el estudio no incluía mediciones de la densidad mineral ósea, porque esas pruebas no estuvieron disponibles hasta la década de 1990.