

Densitometria: a grande arma contra a osteoporose

Rosa Maria Sarda

Até há algum tempo atrás, a osteoporose só era considerada uma doença quando causava uma fratura. Hoje, no entanto, a Organização Mundial da Saúde (OMS) alterou esse conceito, estabelecendo que a osteoporose é uma síndrome clínica determinada pela diminuição da massa óssea — o que aumenta a possibilidade de ocorrer uma fratura. Essa modificação abriu as portas para o diagnóstico precoce da enfermidade, priorizando a prevenção e possibilitando o tratamento antes que seja instalada qualquer seqüela.

Existem vários tipos de osteoporose, mas a mais comum é a primária, que atinge principalmente mulheres e idosos. A Dr^a Laura Maria Carvalho de Mendonça, reumatologista e fisiatra da Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ), explica que a maior incidência de casos de osteoporose na mulher deve-se à perda de hormônios, principalmente o hormônio feminino, denominado estrogênio: ao entrar na menopausa, a perda dessa substância acelera a diminuição da massa óssea. Segundo a especialista, em torno dos 35 anos, o ser humano atinge um limite e para de produzir massa óssea. “O risco de fratura causada por osteoporose é maior no homem depois dos 70 anos, pois o sexo masculino apresenta uma perda óssea lenta e gradual. Já na mulher, essa perda é mais rápida e começa a partir dos 50 anos. E é exatamente nos dez pri-

meiros anos pós-menopausa que ela precisa tomar cuidado”, afirma a médica.

Fatores de risco

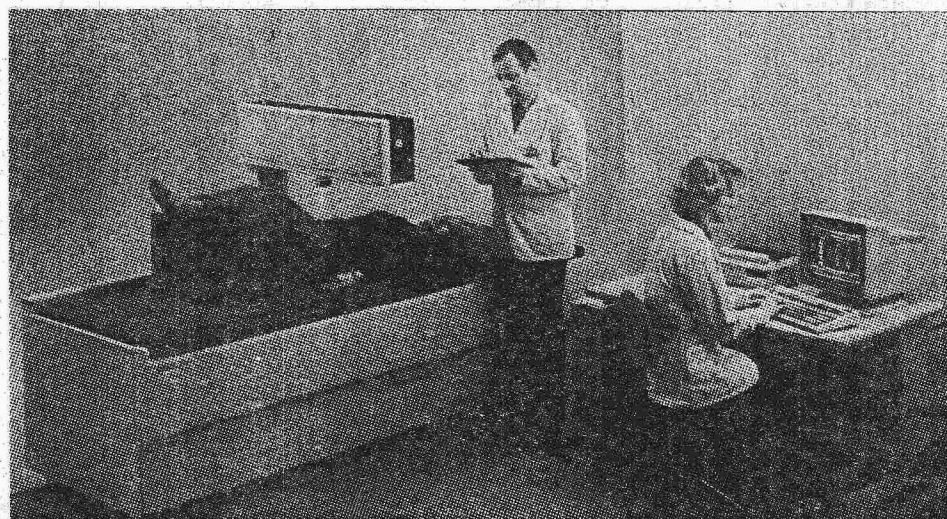
Segundo a Dr^a Laura Mendonça, antes de mais nada é preciso conhecer os fatores de risco: o abuso de álcool, cigarro e carne vermelha e a vida sedentária são alguns deles, bem como o uso sistemático de cortisona — substância presente até mesmo em simples descongestionantes nasais.

“Durante a vida, todos nós vamos perder alguma massa óssea; a diferença está na quantidade e na velocidade com que isso acontece”, esclarece a especialista.

Por isso, ela defende a prevenção da osteoporose ainda na infância. “Costumamos brincar dizendo que a osteoporose é uma doença para ser tratada na pediatria. Mas a verdade é que a quantidade de osso formada até os 35 anos de idade é que vai determinar se o indivíduo desenvolverá ou não a enfermidade”, diz, frisando a importância do sol, dos exercícios físicos, da vida ao ar livre e de uma dieta rica em cálcio durante a infância e a adolescência.

O outro fator a ser considerado é a velocidade em que acontece a perda óssea, que varia muito de uma pessoa para outra. E é justamente nesse ponto que se insere a grande arma para o diagnóstico precoce da osteoporose, atualmente: a densitometria óssea, um exame que detecta a quantidade de osso existente no esqueleto, em gramas, por centímetro quadrado. Hoje já existe, inclusive, o densitômetro por imagem, um aparelho de última geração que consegue determinar a perda óssea até mesmo das mãos — possibilitando o diagnóstico precoce de doenças como a artrite reumatóide. Além disso, esse moderníssimo equipamento faz a morfometria digital por absorciometria, um exame capaz de diagnosticar as fraturas vertebrais que, em 50% dos casos, não são percebidas pelos aparelhos mais antigos.

“O densitômetro por imagem permite diagnosticar a presença de microfraturas que as radiografias comuns não conseguem mostrar. Graças a esse equipamento, podemos ver a coluna lombar e a torácica, inclusive lateralmente, sem que o paciente tenha que se virar



O Exame é fundamental para a prevenção da doença

na cama. E o aparelho ainda faz uma varredura, medindo a altura das vértebras e acusando até uma perda de apenas um milímetro”, entusiasma-se a Dr^a Laura. Ela ressalta, entretanto, que esse é um exame usado para complementar a densitometria — que, ao medir a quantidade de massa óssea do esqueleto, é capaz de dizer se o indivíduo está acima, abaixo ou dentro da curva adequada para a sua idade. “Dependendo do tipo, do grau de severidade e da velocidade de desenvolvimento da osteoporose, existem diversos tratamentos”, afirma a médica. E continua: “Atualmente, já existem medicamentos capazes de aumentar a massa óssea, bloquear a sua perda ou prevenir uma futura carência. Mas, independente da idade ou da gravidade do caso, todos merecem ser tratados, sempre visando melhorar a qualidade de vida do paciente”.

Qualificação nacional

Antigamente considerada uma “epidemia silenciosa”, porque não apresentava sintomas, a osteoporose deve ser, antes de mais nada, prevenida. No homem, é aconselhável fazer a densitometria a partir dos 65 anos. E na mulher, anualmente, até completarem dez anos após o início da menopausa. Hoje já se sabe que algumas dores ósseas difusas, mal definidas, eram causadas pela osteoporose.

A Dr^a Laura Mendonça informa que, no Rio, alguns postos do Inamps mantêm convênios com clínicas de densitometria óssea. Além disso, a UFRJ está montando uma unidade de doenças ósseo-metabólicas, que deverá

incluir o exame com o densitômetro. Até lá, os pacientes cariocas são encaminhados ao Osteolab (Centro de Prevenção e Diagnóstico da Osteoporose), que presta esse serviço através do repasse de uma verba simbólica.

Segundo a especialista, a primeira clínica de densitometria foi implantada em São Paulo em 1987, tendo o método chegado ao Rio de Janeiro em 1989. A Sociedade Brasileira de Densitometria Óssea (SBDO), da qual a especialista é vice-presidente, foi criada em 1993 e, hoje, conta com mais de 600 associados, buscando sempre uma qualificação nacional. “O que estava acontecendo era um crescimento exagerado do número de clínicas de densitometria, com pessoas que compravam o aparelho e começavam a fazer exames. Isto começou a desacreditar o método e levou a Sociedade a se associar ao Colégio Brasileiro de Radiologia, para realizar um plano de qualificação profissional. Hoje, apesar de alguns médicos ainda não acreditarem que a osteoporose é uma doença perfeitamente tratável e que é inerente ao idoso, estamos lutando para que todos tenham direito a uma velhice melhor. Envelhecer com qualidade de vida: esta é a palavra-chave”, conclui a especialista. **DH**

SERVIÇO: **Sociedade Brasileira de Densitometria Óssea** (Av. N. S^a de Copacabana, 1417/Loja 315 - Copacabana - Rio de Janeiro - RJ - Tel: 521-6460).



Laura Mendonça com o presidente da SBDO, Sérgio Ragi

ANUNCIE NO
DESAFIO
DE HOJE
TEL.: (021) 267-3543