



Honorable Cámara de Diputados
Provincia de Buenos Aires

EXPTE. D- 1989 /19-20



PROYECTO DE LEY

EL SENADO Y LA HONORABLE CÁMARA DE DIPUTADOS DE LA PROVINCIA DE
BUENOS AIRES SANCIONAN CON FUERZA DE

LEY

ARTÍCULO 1º: Establézcase el día 20 de octubre de cada año como el “Día Provincial de la Prevención, Control y Orientación de la Osteoporosis” en coincidencia con la fecha de conmemoración del “Día Mundial de la Osteoporosis”.

ARTÍCULO 2º: Cada año durante el día de la conmemoración, deberán realizarse debates, seminarios, conferencias y charlas que permitan a la población conocer la importancia de prevenir y controlar la Osteoporosis, y para orientar sobre los métodos de su tratamiento. En caso que algún día 20 de octubre resulte día no hábil, deberán realizarse las actividades el primer día hábil siguiente.

ARTÍCULO 3º: Deberán implementarse campañas publicitarias, actividades informativas, de capacitación y generar acciones dirigidas a la población con el fin de alertar sobre la necesidad de prevención, control y tratamiento de la Osteoporosis, sin perjuicio de mantenerse todo otro tipo de medidas en la material que al momento de la sanción de la presente se encuentren vigentes.

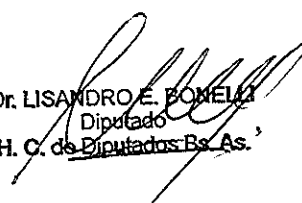
ARTÍCULO 4º: El Poder Ejecutivo deberá reglamentar la presente ley en un plazo de noventa (90) días desde la sanción.

ARTÍCULO 5º: Autorícese al Poder Ejecutivo a efectuar las adecuaciones presupuestarias necesarias para el ejercicio vigente y a crear las partidas correspondientes para atender los requerimientos de la presente ley.



*Honorable Cámara de Diputados
Provincia de Buenos Aires*

ARTÍCULO 6º: Comuníquese al Poder Ejecutivo.


Dr. LISANDRO E. BONELLI
Diputado
H. C. de Diputados Bs. As.



Honorable Cámara de Diputados
Provincia de Buenos Aires

FUNDAMENTOS

La osteoporosis (hueso poroso) es una enfermedad crónica y progresiva en la cual la densidad y la calidad de los huesos están reducidas. Como los huesos son más porosos y frágiles, el riesgo de fracturas está muy aumentado. La pérdida de masa ósea ocurre en forma "silenciosa" y progresivamente. A menudo no hay síntomas hasta que se produce la primera fractura. Las fracturas más comunes asociadas a la osteoporosis son las de muñeca, columna y cadera. La incidencia de estas fracturas, particularmente cadera y columna se incrementan con la edad, tanto en mujeres como en hombres, según establece la Sociedad Argentina de Osteoporosis (SAO).

La OMS ha catalogado a la osteoporosis como una de las epidemias de este siglo. Las fracturas osteoporóticas son la principal consecuencia de esta patología y es la causa de las estancias hospitalarias más prolongadas en mujeres mayores de 45 años, por encima del cáncer de mama, la diabetes o el infarto de miocardio. De hecho, se calcula que una de cada tres mujeres de más de 50 años sufrirá al menos una fractura osteoporótica a lo largo de su vida.

Las fracturas vertebrales (columna) producen serias consecuencias, como la disminución de altura, cifosis dorsal y dolor dorsolumbar. La fractura de cadera requiere internación, tratamiento quirúrgico y aumenta los riesgos de mortalidad y discapacidad. La osteoporosis es una enfermedad tratable, requiere de cambios en el estilo de vida, ingesta adecuada de calcio y vitamina D, ejercicios físicos y medicamentos que aumentan la masa ósea y disminuyen el riesgo de futuras fracturas.

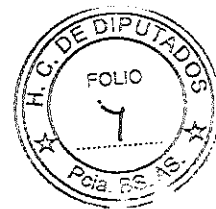
Algunas medidas recomendadas para la prevención son:

- Dieta: rica en calcio, cantidad de calcio a ingerir por día: 1200 a 1400 mg. Evitar abuso de tabaco y alcohol.
- Actividad física: la clave es evitar el sedentarismo! Siempre bajo la supervisión médica, kinesiólogos o terapeuta físicos.
- Sol: la piel forma vitamina D ante la exposición solar, la cual es de suma importancia para la buena absorción de calcio en el intestino. En primavera y verano, se



Honorable Cámara de Diputados
Provincia de Buenos Aires

EXPTÉ. D- 1989 /19-20



recomiendan exposiciones cortas, entre 15 y 20 minutos, fuera de los horarios pico de radiación solar y en otoño e invierno las exposiciones deben aumentarse.

- Prevención de caídas: se recomienda controlar el uso de medicación que puedan alterar los reflejos como tranquilizantes, hipotensores y otros. Evitar el uso dentro de la casa de alfombras y cables sueltos. Usar buena iluminación y agarraderas y antideslizantes en los baños.

La osteoporosis también es una cuestión de hombres.

Cerca del 20% de los varones mayores la padece, sólo que más tardíamente; especialistas explican por qué el exceso de consumo de alcohol en los jóvenes pasa factura de grandes.

La pérdida de densidad y calidad de los huesos, la enfermedad médicamente denominada osteoporosis, no es una cuestión sólo de mujeres. Si bien es cierto que al sexo femenino lo afecta en mayor medida (aproximadamente el 50% de las mujeres mayores de 50 años tiene huesos débiles y, por tanto, mayor posibilidad de fracturarse o quebrarse), en el hombre este mal también está instalado y es importante diagnosticarlo y tratarlo a tiempo.

La directora asociada del Centro de Osteopatías Médicas Dr. Mautalen, Beatriz Oliveri, habla de la importancia de desmitificar la creencia instalada de que a los hombres no los afecta la descalcificación. "Reconocer que el 20% de los hombres tiene esta enfermedad es el primer paso para reducir los riesgos de fracturas y los índices de mortalidad de los varones mayores", explica.

La diferencia entre hombres y mujeres radica en que en estas últimas la aparición de la osteoporosis en general es abrupta y se da con la llegada de la menopausia. Entre los hombres, en cambio, la manifestación de la descalcificación es gradual y se intensifica a partir de los 70 años.

En ambos casos, los profesionales coinciden en la importancia de revisar estilos de vida para prevenir esta enfermedad de los huesos que afecta a varios miles de personas. Para limitar la pérdida ósea los especialistas recomiendan hacer actividad física,



*Honorable Cámara de Diputados
Provincia de Buenos Aires*

EXPTE. D- 1989 /19-20



incluir suficiente calcio, tomar sol para incorporar vitamina D, no beber alcohol en exceso y, si resultara necesario, incluir suplementos vitamínicos a la dieta.

El especialista en Osteología José Zanchetta, hace especial hincapié en un tema que lo preocupa: las ingestas excesivas de alcohol en los jóvenes. Según explica, el alcohol es inhibidor del proceso de calcificación, con lo cual, si se consume en grandes dosis en menores de 20 años, que es el momento en que los huesos se desarrollan, es un problema grave.

Los especialistas recomiendan que para conocer el estado actual de la masa ósea es necesario tener en cuenta antecedentes personales y familiares; los estudios que se necesitan para el diagnóstico médico son: densitometría, análisis de laboratorio y radiografías; sobre la base de los resultados obtenidos se conocerá el estado óseo y el médico decidirá si requiere o no un tratamiento y de qué tipo.

Cuando buscas mantenerte saludable, probablemente realizas cambios en tu estilo de vida para prevenir enfermedades del tipo cardíacas o cancerígenas. Pero la salud de los huesos no suele entrar entre tus prioridades. Aunque debería.

La osteoporosis es una enfermedad en la cual los huesos se vuelven más frágiles y pueden quebrarse muy fácilmente. En casos serios un simple estornudo puede romper un hueso.

Aproximadamente el 20% de la población afectada es masculina y el 80% femenina. Sin embargo, en los hombres mayores el porcentaje aumenta, ya que son más propensos a sufrir fracturas de cadera que las mujeres. Por lo tanto, la osteoporosis es un tema que nos afecta a todos.

La Fundación Internacional de Osteoporosis (International Osteoporosis Foundation, IOF) lanza un llamado al público en general para que tome medidas tempranas para proteger la salud de sus huesos y músculos, y a las autoridades sanitarias y médicos para que protejan la salud ósea de sus comunidades.

Se menciona como antecedente el proyecto del Senado E-277/17-18 que obtuviera media sanción y perdiera estado parlamentario.



*Honorable Cámara de Diputados
Provincia de Buenos Aires*

EXPTE. D- 1989 /19-20



En virtud de todo lo expuesto solicito a mis pares que me acompañen con el presente proyecto de ley, procediendo a su aprobación.


Dr. LISANDRO E. BONELLI
Diputado
H. C. de Diputados Bs. As.