

Chihuahua, Chih., a 23 de abril de 2025

Invita PCE a jornada de densitometría ósea para prevenir la osteoporosis

- *En 2024, la institución realizó 2 mil 557 estudios y en lo que va de 2025, ha efectuado 872 pruebas*

Pensiones Civiles del Estado (PCE) invita a las mujeres derechohabientes mayores de 50 años, a la jornada de densitometrías en la delegación Chihuahua, los días 29 y 30 de abril, a fin de que atiendan y prevengan oportunamente las alteraciones en la densidad ósea, como la osteopenia y la osteoporosis.

Las interesadas deben registrarse en <https://forms.gle/y87oank7Kt4nEget9> para apartar su lugar en dichas actividades.

En el 2024, la Dirección Médica de PCE realizó 2 mil 557 estudios y de enero a la fecha, ha efectuado un total de 872 pruebas de densitometría ósea. Además, se han ofrecido consultas de seguimiento a pacientes femeninas con problemas de densidad ósea, así como el tratamiento a quienes lo requieren.

La osteoporosis se caracteriza por la disminución de la masa ósea y deterioro de la estructura del hueso, lo que incrementa la fragilidad y el riesgo de fracturas. Afecta principalmente a quienes están en etapa postmenopáusica, y su prevalencia aumenta con la edad.

Las mujeres de más de 50 años son propensas debido a la disminución de estrógenos tras la menopausia, baja ingesta de calcio y vitamina D. El riesgo incrementa por bajo índice de masa corporal, antecedente de fracturas, tabaquismo, consumo excesivo de alcohol, uso prolongado de medicamentos como glucocorticoides y enfermedades como artritis reumatoide.



PENSIONES CIVILES

D Oscar Aguirre, director médico de la institución, explicó que la osteopenia y osteoporosis suelen avanzar sin síntomas evidentes, y que en muchos casos la primera manifestación son las fracturas ocasionadas por caídas desde la propia altura o por golpes mínimos que usualmente no las causan.

“Es importante realizarse el estudio de densitometría para detectar a tiempo la pérdida de densidad, dar seguimiento y evitar complicaciones mayores”, expresó.

Aguirre recomendó adoptar una dieta rica en calcio y vitamina D, realizar actividad física con ejercicios que fortalezcan huesos y músculos, y evitar el tabaco y el alcohol.