



Prueba de la densidad ósea: Lo que significan los números

Institutos Nacionales de la Salud Centro Nacional de Información sobre la Osteoporosis y las Enfermedades Óseas

2 AMS Circle
Bethesda, MD 20892-3676

Teléfono: 202-223-0344
Llame gratis: 800-624-2663
TTY: 202-466-4315
Fax: 202-293-2356

Correo electrónico:
NIAMSBoneinfo@mail.nih.gov
Sitio web:
<https://www.bones.nih.gov>

El Centro Nacional de Información sobre la Osteoporosis y las Enfermedades Óseas de los NIH cuenta con el apoyo del Instituto Nacional de Artritis y Enfermedades Musculoesqueléticas y de la Piel, y con la contribución del National Institute on Aging, el National Institute of Diabetes and Digestive and Kidney Diseases, y la Office of Research on Women's Health de los NIH.

Los Institutos Nacionales de la Salud (NIH, por sus siglas en inglés) son parte del Departamento de Salud y Servicios Humanos de los EE.UU. (HHS, por sus siglas en inglés).

octubre de 2018

¿Qué es una prueba de la densidad ósea?

Una prueba de la densidad mineral ósea (BMD, por sus siglas en inglés) le puede ofrecer una imagen instantánea de la salud de los huesos. La prueba puede identificar la osteoporosis, determinar el riesgo que usted corre de fracturarse un hueso y medir cómo usted responde a un tratamiento para la osteoporosis. La prueba de la densidad mineral ósea usada con más frecuencia se llama DXA central o absorciometría central de rayos X de doble energía. Esta prueba no causa ningún dolor, es similar a una prueba de rayos X normal y puede medir la densidad ósea de la cadera o de la columna lumbar.

Las pruebas de densidad ósea periférica miden la densidad ósea en el antebrazo, la muñeca, el dedo o el talón. Estas pruebas se utilizan a menudo con fines de detección y pueden ayudar a identificar a las personas que podrían beneficiarse de pruebas de seguimiento de la densidad ósea de la cadera y la columna lumbar.

¿Qué hace esta prueba?

La prueba BMD mide su densidad mineral ósea, la compara con la de una norma establecida o estándar y le da a usted una calificación. Aunque ninguna prueba de la densidad ósea es cien por ciento exacta, ésta es la mejor forma de poder predecir si una persona va a fracturarse un hueso en el futuro.

La calificación T

Generalmente, los resultados de su BMD se comparan con la densidad mineral ósea de un adulto joven en buen estado de salud y usted recibe una calificación T (T score). Una calificación de 0 significa que su densidad mineral ósea es igual a la normal de un adulto joven sano. La diferencia entre su BMD y la de un adulto joven sano se mide en unidades llamadas desviaciones estándar (DE). Cuantas más desviaciones estándar por debajo de 0, indicadas con números negativos, más baja es su densidad ósea y mayor su riesgo de fractura.

Como puede verse en el cuadro en la siguiente página, una calificación T entre +1 y -1 se considera normal o saludable. Una calificación T entre -1 y -2.5 indica que usted tiene una densidad ósea baja, aunque no lo suficientemente baja como para tener un diagnóstico de osteoporosis. Una calificación T de -2.5 o más

baja indica que usted tiene osteoporosis. Cuanto más grande es el número negativo, más grave es la osteoporosis.

La densidad ósea baja y la osteoporosis

La información proporcionada por una prueba de densidad ósea puede ayudar al médico a decidir cuáles son las mejores opciones de tratamiento o de prevención para usted.

Definiciones de la World Health Organization según los niveles de densidad ósea

Nivel	Definición
Normal	La densidad ósea está dentro de 1 DE (+1 ó -1) del promedio para un adulto joven.
Densidad ósea baja	La densidad ósea está entre 1 y 2.5 DE por debajo del promedio para un adulto joven (-1 a -2.5 DE).
Osteoporosis	La densidad ósea está 2.5 DE o más por debajo del promedio para un adulto joven (-2.5 DE o más baja).
Osteoporosis grave (establecida)	La densidad ósea está más de 2.5 DE por debajo del promedio para un adulto joven y han ocurrido una o más fracturas producidas por la osteoporosis.

Si usted tiene una densidad ósea baja, pero no lo suficientemente baja como para ser diagnosticada como osteoporosis, a veces se le llama osteopenia. La masa ósea baja puede ser causada por muchos factores como:

- Factores hereditarios.
- Bajo peso corporal.
- Un problema médico o un medicamento para el tratamiento de tal problema que perjudica los huesos.

Aun cuando no todas las personas que tienen una masa ósea baja desarrollan osteoporosis, la masa ósea baja es un factor de riesgo importante para la osteoporosis y las fracturas.

Si tiene una masa ósea baja, usted puede tomar medidas que le ayuden a reducir la pérdida de hueso y a prevenir la osteoporosis en el futuro. El médico

querrá que usted desarrolle o mantenga hábitos saludables como comer alimentos ricos en calcio y vitamina D y hacer ejercicios de sostener el propio peso, como caminar, correr o bailar. En algunos casos el médico le puede recomendar un medicamento para la prevención de la osteoporosis.

Osteoporosis. Si a usted le han diagnosticado osteoporosis, estos hábitos saludables le ayudarán, pero el médico probablemente también le recomendará que tome algún medicamento. Existen varios medicamentos eficaces para reducir la pérdida de hueso, o incluso para revertir la enfermedad. Si usted toma medicamentos para tratar la osteoporosis, el médico puede recomendarle que se haga pruebas de densidad ósea en el futuro para controlar su progreso.

¿Quién debe hacerse una prueba de densidad ósea?

La United States Preventive Services Task Force recomienda que todas las mujeres de 65 años de edad o mayores se hagan la prueba para medir la densidad ósea. Las mujeres posmenopáusicas menores de 65 años que corren un riesgo mayor de tener osteoporosis, según se determine usando una herramienta formal de riesgo clínico, también deben hacerse la prueba para medir la densidad ósea.

Debido a la falta de evidencia disponible, la United States Preventive Services Task Force no hizo recomendaciones con respecto a la detección de la osteoporosis en los hombres.

Recurso

Para más información sobre la osteoporosis, comuníquese con el:

Centro Nacional de Información sobre la Osteoporosis y las Enfermedades Óseas de los Institutos Nacionales de la Salud

Sitio web: <https://www.bones.nih.gov>

Si necesita más información sobre los recursos confiables en su idioma o en otro idioma, por favor comuníquese con el Centro Nacional de Información sobre la Osteoporosis y las Enfermedades Óseas de los NIH.

Para su información

En esta publicación puede encontrar información sobre los medicamentos que se usan para tratar la enfermedad aquí mencionada. Hemos brindado la información más actualizada disponible al momento de su desarrollo. Es posible que desde entonces haya surgido más información sobre estos medicamentos.

Para obtener la información más actualizada o para hacer preguntas sobre cualquiera de los medicamentos que está tomando, llame gratis a la U.S. Food and Drug Administration al 888-INFO-FDA (888-463-6332) o visite el sitio web en <https://www.fda.gov>. Si desea información adicional sobre medicamentos específicos, visite Drugs@FDA en <https://www.accessdata.fda.gov/scripts/cder/daf/>. Drugs@FDA es un catálogo en línea de productos farmacéuticos aprobados por la FDA.

NIH Pub. No. 18-7877-S