

## Prevention of low bone mass to achieve high bone density in Mexico: position of the Mexican Association for Bone and Mineral Metabolism.

Espinosa, Rolando; Clark, Patricia; Denova-Gutiérrez, Edgar; Aguilera-Barreiro, María de los Ángeles; Flores, Mario; Diez, Pilar; Jasqui, Salomón; De la Peña, María del Pilar; Cisneros-Dreinhofer, Federico; Lavielle, Pilar; Mercado, Víctor.

### **Resumen.**

En México, la osteoporosis es un problema de salud pública. En este documento, La Asociación Mexicana de Metabolismo Óseo y Mineral define su posición acerca del calcio, el uso de suplementos de vitamina D y la actividad física como iniciativas efectivas, seguras y de bajo costo para prevenir la baja densidad ósea.

Introducción: En México la osteoporosis es un problema de salud pública que se espera que incremente en las próximas décadas. Generalmente, los factores de riesgo modificables de la salud ósea se relacionan con el estilo de vida, especialmente con la nutrición y la actividad física.

**Métodos:** En este documento de posición, La Asociación Mexicana de Metabolismo Óseo y Mineral (AMMOM), que representa un grupo multidisciplinario de investigadores, dietistas, epidemiólogos, enfermeros y médicos que estudian los huesos y tejidos relacionados y comunican las mejores estrategias de diagnóstico, tratamiento y prevención de problemas óseos, pretende analizar la asociación entre la nutrición y la salud ósea, los comportamientos de riesgo de la baja densidad ósea y el impacto económico que representa la prevención de ésta para el sistema de salud.

**Resultados:** Al abordar el manejo terapéutico con un enfoque farmacológico y no farmacológico, enfatizamos la importante función que tiene el paciente la relación médico-paciente, tanto en el consultorio como en la vida diaria. Además, la AMMOM define su posición en cuanto al uso de calcio y de suplemento de vitamina D como una iniciativa efectiva, segura y de bajo costo para prevenir la baja densidad ósea.

**Conclusiones:** En resumen, muchas investigaciones y prácticas clínicas relacionadas con la osteoporosis se han enfocado en el diagnóstico y tratamiento, pero las medidas generales para la prevención primaria, basadas en abordar los factores de riesgo modificable como una prioridad de salud pública para retrasar la aparición de la baja densidad ósea, no han sido consideradas por las autoridades mexicanas. En consecuencia, el grupo de trabajo de la AMMOM busca proporcionar la información de acciones concretas para la prevención de la baja densidad ósea.

## **Abstract.**

In Mexico, osteoporosis is a public health problem. In this document, the Mexican Association for Bone and Mineral Metabolism defines its position on calcium, vitamin D supplement use, and physical activity as an effective, safe, and cost-effective initiatives to prevent low bone mass.

**Introduction** In Mexico, osteoporosis is a public health problem that is expected to increase in the decades ahead. Generally, modifiable risk factors for bone health are related with lifestyles, especially nutrition and physical activity.

**Methods** In this position paper, the Mexican Association for Bone and Mineral Metabolism (AMMOM, by its acronym in Spanish), which is a multidisciplinary group of researchers, dietitians, epidemiologists, nurses, and physicians who study bone and related tissues and communicate the best strategies for diagnosis, treatment, and prevention of bone problems, aims to

analyze the association between nutrition and bone health, risk behaviors for low bone mass, and the economic impact that prevention of low bone mass represents for the health care system.

**Results** Addressing therapeutic management with pharmacological and non-pharmacological approaches, we emphasize the important role the patient plays in the doctor–patient relationship, both in the consulting room and in daily life. Furthermore, the AMMOM defines its position on calcium and vitamin D supplement use as an effective, safe, and cost-effective initiative to

prevent low bone mass.

Conclusions In summary, most research and clinical practice related to osteoporosis have focused on diagnosis and treatment, but general measures for primary prevention based on addressing modifiable risk factors as a public health priority to delay the onset of loss of bone mass have not been considered by Mexican authorities. Consequently, the AMMOM task force also seeks to provide information on concrete actions to prevent low bone mass.

### **Bibliografía.**

Espinosa, R., Clark, P., Denova, E., Aguilera, M., Flores, M., Diez, P., Jasqui, S., De la Peña, M., Cisneros, F., Lavielle, P., & Mercado, V. (2018). Prevention of low bone mass to achieve high bone density in Mexico: position of the Mexican Association for Bone and Mineral Metabolism. *Archives of Osteoporosis*, 13(1), 105. Disponible en <https://doi.org/10.1007/s11657-018-0520-y>.