

Fisioterapia na Osteoporose

Colaborador: Paulo Machado 17/12/2014



Para falar dessa doença que atinge principalmente os idosos, o Saúde em Questão teve como convidado, o fisioterapeuta na Unidade Básica de Saúde (UBS) Jardim Souza do NASF M'Boi Mirim, Antonio Pereira Bastos Proença Beco.

Beco começou sua participação no programa explicando que, grande parte das pessoas que são atendidas nessas UBS é de idosos, já que a população vem envelhecendo cada vez mais, e a intenção dos atendimentos é fazer com que estes senhores e senhoras, tenham uma velhice ativa.

“ Osteoporose em si é a perda da continuidade da massa óssea, o nosso corpo repõe e retira essa massa, o cálcio “entra” e “sai” do corpo e chega um dado momento da vida que a quantidade de cálcio que é “retirada” é a maior do que a que “entra” e a Osteoporose é uma doença progressiva e piora ou fica mais presente a partir dos 50 anos, com uma prevalência maior nas mulheres”, disse Antonio.

Ressaltando que a osteoporose é uma doença silenciosa e é difícil o diagnóstico, pois ela não gera dor e nem fratura inicialmente e por isso a dificuldade na prevenção, ou em se ter um pré-diagnóstico e o mais importante para evitar a doença é ter hábitos de vida saudáveis com uma boa alimentação a base de cálcio, evitar gorduras e também o sedentarismo.