



## SBEM-PR prepara campanha para o Dia Mundial de Combate à Osteoporose

Uma parceria entre a Secretaria Municipal de Saúde e a Sociedade Brasileira de Endocrinologia e Metabologia – Regional Paraná (SBEM-PR) deve resultar em ações de esclarecimento e educação sobre os riscos da osteoporose.

O tema foi tratado em uma reunião que contou com a presença da vice-presidente da SBEM-PR, a médica Gleyne Lopes Kujew Biagin. Também estavam presentes a vereadora Maria Letícia Fagundes, além de Márcia Huçulak e Paulo Campos, superintendentes da Secretaria Municipal de Saúde.

No Dia Mundial de Combate à Osteoporose, que se comemora em 20 de outubro, serão realizadas ações no terminal do Pinheirinho. Caminhada, distribuição de folders informativos, entre outras atividades vão mostrar à população como alguns hábitos podem prevenir o surgimento da osteoporose.

“Também estudamos parcerias com outras secretarias e entidades, para demonstrar à população a importância da atividade física no combate à osteoporose, além de ilustrar como deve ser uma casa segura, para evitar os riscos de quedas, muito comuns na terceira idade”, disse a Dra. Gleyne Biagini.

Conhecida por afetar principalmente os idosos, a osteoporose se caracteriza pela redução de massa óssea, com prejuízo de suas qualidades mecânicas, que deixam os ossos enfraquecidos e suscetíveis a fraturas. Evitar tabagismo e bebidas alcoólicas, praticar atividade física, ter uma alimentação rica em cálcio desde a infância, uma vida ao ar livre visando uma exposição aos raios solares que resultam em uma melhor síntese de vitamina D, essencial para a adequada mineralização óssea são algumas das recomendações.

No site da SBEM-PR há uma ferramenta de cálculo onde é possível mensurar o risco pessoal de fratura em 10 anos. Para fazer o teste basta acessar o endereço eletrônico [www.sbempr.org.br](http://www.sbempr.org.br) na área de pacientes.

### SERVIÇO

Sociedade Brasileira de Endocrinologia e Metabologia – Regional Paraná | SBEM-PR

E-mail: [sbempr@endocrino.org.br](mailto:sbempr@endocrino.org.br)

Av. República Argentina, 369, cj. 1101, 11º andar,

Água Verde, Curitiba/PR CEP: 80240-210

Fone: (41) 3343-5338

[www.sbempr.org.br](http://www.sbempr.org.br) | [www.facebook.com/sbemparana](https://www.facebook.com/sbemparana)

Fonte: [Paraná Shop](#)

[Read More](#)

---