

## **Osteoporosi: le strategie terapeutiche**

Prof.ssa Alessandra Graziottin

Direttore del Centro di Ginecologia e Sessuologia Medica

H. San Raffaele Resnati, Milano

---

### **Sintesi del video e punti chiave**

La prima cura dell'osteoporosi, in uomini e donne, sono gli stili di vita: attività fisica, alimentazione corretta, miglioramento della postura, zero fumo, riduzione dei fattori ambientali che aumentano il rischio di cadere.

Soltanto dopo vengono i farmaci: terapia ormonale sostitutiva, nelle donne ma anche negli uomini, se è presente una carenza di testosterone; integrazione di vitamine e oligoelementi; bifosfonati e altri farmaci specifici.

Reintegrare gli ormoni perduti è importante perché l'estradiolo previene il riassorbimento osseo, mentre il testosterone favorisce la deposizione di nuovo osso.

Video sviluppato in collaborazione con la **Fondazione Alessandra Graziottin Onlus**

Per gentile concessione di **Italpress Agenzia di stampa**