

**Manual sobre Nutrición y Salud Ósea**

**Fernando García, Madrid**  
12/04/2004 09:45

Una alimentación equilibrada, la práctica de ejercicio físico y unos hábitos de vida saludables se consideran como factores claves para la prevención de enfermedades óseas, según se desprende de las conclusiones del "Manual sobre Nutrición y Salud Ósea", editado por el Instituto Omega 3 de la Fundación Puleva y la Fundación Hispana de Osteoporosis y Enfermedades Metabólicas Óseas (FHOEMO), en colaboración con la Sociedad Española de Investigaciones Oseas y Metabolismo Mineral (SEIOMM).

"Por primera vez en España destacados fisiólogos, bioquímicos, internistas, endocrinólogos, pediatras, rehabilitadores, nutricionistas e investigadores analizan los principales aspectos fisiológicos que intervienen en el desarrollo del sistema óseo, así como el papel de la nutrición en la salud del hueso y en la prevención de enfermedades como la osteoporosis", destacó en la presentación de este manual el Prof. Ángel Gil Hernández, catedrático de Bioquímica y Biología Molecular de la Universidad de Granada y uno de sus coordinadores.

En opinión del Prof. Gil Hernández, el libro -dirigido fundamentalmente a profesionales de la salud- es novedoso porque aborda aspectos como la influencia de los procesos tecnológicos sobre el equilibrio mineral fundamentalmente del calcio en la leche y los lácteos y también en la diferente biodisponibilidad del calcio según los alimentos que se ingieran. El manual aborda en sus capítulos finales la prevención de algunas enfermedades óseas como la osteoporosis, dedicándose a los estilos de vida y su influencia sobre la salud ósea.

Según explicó el Prof. Manuel Díaz Curiel, jefe del Servicio de Medicina Interna y Enfermedades Metabólicas Óseas de la Fundación Jiménez Díaz de Madrid y también coordinador del manual, "la mayoría de mujeres no creen estar en riesgo personal de padecer osteoporosis", por lo que "desde la FHOEMO insistimos en la prevención de la enfermedad y, por supuesto, en el diagnóstico precoz en los casos que haya factores de riesgo. La prevención se fundamenta sobre tres pilares fundamentales: el ejercicio físico, la evitación de hábitos tóxicos y la nutrición, parte fundamental del libro".

#### Noticias Relacionadas

- ✦ [Se confirma la eficacia de alendronato como alternativa a la THS. contra la osteoporosis](#) 08/03/2004
- ✦ [La importancia de la prevención de fracturas. tema clave de la I Conferencia Europea sobre Osteoporosis](#) 03/03/2004
- ✦ [La FHOEMO lanza la II Campaña de Información y Prevención frente a la Osteoporosis](#) 23/02/2004
- [Investigadores españoles consiguen desactivar un gen responsable](#)

- ✂ [de osteoporosis en ratones](#) 09/02/2004
- ✂ [Tres millones de españoles están afectados de osteoporosis en la columna lumbar o en el cuello del fémur](#) 07/01/2004

**Webs Relacionadas**

- ✂ [SEIOMM](#)
- ✂ [FHOEMO](#)

[Imprimir](#)

[Enviar noticia por mail](#)

© Ediciones Doyma S.L