

Anche gli uomini devono fare la MOC?

Coordinatori

Vincenzo Toscano & Renato Cozzi

Editor

Vincenzo Di Donna & Cecilia Motta

L'osteoporosi viene considerata una malattia tipicamente femminile, che colpisce la donna anziana, dopo la menopausa. Ma, anche se meno frequentemente delle donne, **anche gli uomini possono ammalarsi di osteoporosi**. Oltre il 20% di tutte le fratture di femore si verificano nel maschio. Pertanto, come le donne si sottopongono a visite mediche ed esami per scoprire se hanno l'osteoporosi, così anche gli uomini, in alcune circostanze, devono eseguire gli stessi accertamenti.

Che cos'è l'osteoporosi?

È una malattia che rende le ossa fragili, poco resistenti, che si possono fratturare per una semplice caduta o per un lieve urto. Le persone che soffrono di osteoporosi non hanno sintomi. Spesso il primo sintomo dell'osteoporosi è il forte dolore che si presenta dopo una frattura.

L'osteoporosi colpisce tutte le ossa dello scheletro, ma le fratture interessano soprattutto la colonna vertebrale, l'anca o il polso. Le fratture, oltre al dolore, provocano difficoltà nei movimenti, impediscono le attività lavorative e possono richiedere un intervento chirurgico. Negli anziani le fratture della colonna vertebrale e dell'anca possono essere ancora più gravi, possono costringere a letto e portare al ricovero in ospedale o anche alla morte. Anche se l'osteoporosi è più frequente nella donna, nell'uomo può essere più grave: **la frattura da osteoporosi nell'uomo si complica più spesso (invalidità e morte) che nella donna**. Pertanto, è fondamentale diagnosticarla e trattarla in tempo.

Quale è la causa dell'osteoporosi?

L'età è un fattore di rischio importante: più aumenta l'età e più aumenta il rischio di osteoporosi. Nel tempo, infatti, la massa ossea diminuisce progressivamente e non viene adeguatamente ricostruita. Così l'osso perde la sua struttura e diventa più fragile.

Nelle donne l'osteoporosi compare in genere dopo la menopausa, perché, oltre all'età, non ci sono più gli ormoni femminili (estrogeni), che hanno un'azione protettiva sull'osso.

Nell'uomo di solito l'osteoporosi è più rara rispetto alla donna per diversi motivi:

- non esiste qualcosa di equivalente alla menopausa (non c'è la brusca diminuzione degli ormoni sessuali);
- la durata della vita è più breve (l'uomo muore prima della donna);
- in gioventù accumula più massa ossea;
- la maggiore forza muscolare rende più difficili le cadute e la fragilità.

Ma perché allora anche gli uomini si ammalano di osteoporosi?

Purtroppo, l'osteoporosi può dipendere da **altre cause particolari che sono più frequenti nell'uomo** (in questi casi si chiama "osteoporosi secondaria"): uso cronico di farmaci a base di cortisone, alcolismo, carenza di testosterone, tumori, eccesso di ormoni tiroidei, celiachia, deficit di vitamina D, svariati farmaci.

Come diagnosticare l'osteoporosi?

La MOC (Mineralometria Ossea Computerizzata) è un esame semplice, una specie di radiografia che misura quanto è denso l'osso (quanto calcio contiene) e permette di fare una stima della sua fragilità e quindi della probabilità di rottura (frattura).

Un altro esame importante è la radiografia della colonna vertebrale, che studia la forma e l'altezza delle vertebre. Non serve per fare diagnosi di osteoporosi, ma ci permette di capire se le vertebre si sono schiacciate a causa della malattia.



Federica Presciuttini

UOS Ambulatorio e DH Endocrinologica, AOU Sant'Andrea, Roma



Quindi tutti gli uomini devono fare la MOC?

La MOC non è un esame da fare a tutti gli uomini, ma solo in casi specifici. Il medico la consiglierà **in base alla presenza di fattori di rischio**, come l'età, la storia familiare o personale di fratture da osteoporosi, la presenza di malattie croniche (come la celiachia), la carenza degli ormoni sessuali maschili (testosterone), l'uso di farmaci a base di cortisone, l'abuso di alcool o fumo.

Si può prevenire l'osteoporosi maschile?

Considerando che nell'uomo l'osteoporosi è in genere dovuta ad altre malattie, il medico può richiedere esami del sangue specifici per **diagnosticare e trattare in tempo la malattia che causa l'osteoporosi**: ad esempio gli anticorpi per la celiachia, gli esami di funzione della tiroide o il dosaggio del testosterone.

Per prevenire la malattia e rafforzare le ossa, è comunque **raccomandato in tutti gli uomini di evitare il fumo e l'alcool, di eseguire esercizio fisico regolare e fare una dieta ricca di calcio e di vitamina D**.

Bibliografia

1. Favero V, Chiodini I. Osteoporosi maschile: una condizione ancora negletta. AME Flash [6/2021](#).
2. Madeo B. Osteoporosi maschile. [Endowiki](#).