Test per l'osteoporosi: chi dovrebbe farlo per evitare il rischio di fratture?

La misurazione della densità minerale ossea attraverso la mineralometria ossea computerizzata non è da sola un buon metodo per predire la fragilità, soprattutto nelle persone più giovani (Fonte: https://www.corriere.it/ 10 agosto 2025)

Chi dovrebbe sottoporsi agli screening per l'osteoporosi e come si valuta il rischio di frattura?
Risponde **Maria Luisa Brandi**, presidente **Osservatorio Fratture da Fragilità** (VAI AL FORUM)
La questione richiede decisioni coraggiose da parte dei sistemi sanitari. In Italia ci siamo occupati, con linee guida dedicate, del paziente che ha già subito una **frattura** da fragilità, ma **cosa facciamo per chi non si è ancora fratturato?** La domanda che spesso i pazienti pongono ai clinici è «**quando devo iniziare lo screening per l'osteoporosi?**». La risposta sembrerebbe semplice, ma non lo è. E sorprendentemente il risultato è che **l'osteoporosi risulta sotto-diagnosticata, e di conseguenza sotto-trattata, in molti Paesi sviluppati**. Per risolvere il problema dobbiamo affrontarlo sotto una luce diversa. Intanto potremmo cambiare la domanda e chiedere al medico «**quando devo iniziare lo screening per valutare la mia fragilità ossea?**».

Densità minerale ossea
La fragilità delle nostre ossa è il risultato di molti fattori, tra i quali **la misurazione della quantità del minerale presente nel nostro scheletro** che, se criticamente ridotta, determina la condizione di osteoporosi. La misurazione della densità minerale ossea attraverso **la mineralometria ossea computerizzata (MOC)** non è da sola un buon metodo per predire la fragilità, soprattutto nelle persone più giovani. Gli altri fattori sono inclusi nelle «**carte di rischio**», che determinano le probabilità di fratturarci per cause minori o spontaneamente. La prima carta di rischio sviluppata

nel mondo è la «**FRAX**», che originalmente includeva fattori indipendenti, quali **una storia familiare e personale di fratture da fragilità, età avanzata, scarsa introduzione di calcio nella dieta, consumo di alcolici**, peso basso, uso prolungato di cortisonici, menopausa precoce, insufficiente contenuto di minerale nell'osso.

Donne in post menopausa

Il rischio di frattura da fragilità potrebbe essere valutato indipendentemente dalla misurazione della densità minerale ossea e questo ci permetterebbe di **stabilire per quali pazienti serve approfondire il processo diagnostico attraverso la valutazione mineralometrica**, per aumentare l'accuratezza del calcolo delle possibilità di frattura. Altre «carte di rischio» sono state sviluppate e adattate alle realtà dei singoli Paesi. Merita di essere citata la «**DeFRAcalc**», che molti medici italiani utilizzano. In un articolo pubblicato su *Jama*, **la task force del Servizio di prevenzione Usa raccomanda lo screening per l'osteoporosi alle donne in post menopausa sotto i 65 anni con aumentato rischio di fragilità ossea**. La stessa raccomandazione non può essere fatta agli uomini per mancanza di prove scientifiche.