

L'OSTÉOPOROSE et les FRACTURES CONNEXES au Canada

2021

L'ostéoporose se produit lorsque la perte de tissu osseux est plus rapide que la normale, ce qui entraîne une faiblesse des os et un risque accru de fracture. Souvent, les gens ne savent pas qu'ils sont atteints d'ostéoporose avant de subir une fracture. Les fractures de fragilité les plus courantes sont celles de l'avant-bras, de la hanche, de la colonne vertébrale, de la partie supérieure du bras et du bassin. Les fractures de la hanche sont parmi les plus graves.

Selon les données du **Système canadien de surveillance des maladies chroniques (SCSMC)** de l'Agence de la santé publique du Canada¹ :

LE FARDEAU DE L'OSTÉOPOROSE

En 2016-2017,
2,3 millions
de Canadiens âgés de
40 ans et plus **vivaient**
avec un diagnostic
d'ostéoporose



Environ
80 %
des personnes
atteintes
d'ostéoporose
diagnostiquée
étaient des
femmes

2x
tous les
5
ans

Le **RISQUE** d'un diagnostic
d'ostéoporose **double tous**
les **5 ans**, entre 40 et 60 ans

ÉCART DANS LES SOINS DE L'OSTÉOPOROSE

Les lignes directrices de pratique clinique canadiennes recommandent² :



Un test de **densité minérale osseuse (DMO)** pour les adultes qui ont subi une fracture de fragilisation après 40 ans



De la **médication contre l'ostéoporose** pour tous les adultes âgés de 50 ans et plus qui ont subi une fracture de fragilisation de la hanche

Les données les plus récentes montrent un **ÉCART important** entre les pratiques exemplaires et les soins réels. Après avoir subi une fracture aux sites les plus touchés par l'ostéoporose :



Moins de **10 %** des
Canadiens âgés de 40 ans et
plus ont passé un **test de DMO**



Moins de **20 %** des
Canadiens âgés de 65 ans et
plus ont reçu une **ordonnance** de
médicament contre l'ostéoporose

Les **HOMMES** sont
moins susceptibles
de recevoir une
intervention

PRINCIPALES COMPLICATIONS



En 2016-2017, il y a eu
150 fractures de la hanche
pour **100 000** Canadiens
âgés de 40 ans et plus

Plus de **1 Canadien sur 5** ayant subi une fracture de la hanche sont décédés, quelle que soit la cause, dans l'année suivant la fracture

Différences entre les sexes :



Les **FEMMES** étaient **2x** plus
susceptibles de se fracturer
la hanche que les hommes



Les **HOMMES** étaient **1,6x** plus
susceptibles de mourir, quelle que
soit la cause, suivant une fracture de
la hanche que les femmes

STRATÉGIES DE PROMOTION DE LA SANTÉ DES OS

Prévenir, retarder ou réduire la perte osseuse en adoptant un mode de vie sain. La santé osseuse de base comprend³ :



Alimentation équilibrée,
idéalement dès l'enfance



Apport adéquat en
calcium et en vitamine D



Activité physique et
exercices de résistance



Éviter de fumer et de
consommer trop d'alcool

POUR EN SAVOIR PLUS SUR L'OSTÉOPOROSE

Visitez **Canada.ca**
et recherchez
« Ostéoporose »

Obtenez des données
**Système canadien de surveillance
des maladies chroniques**

Consultez
Ostéoporose Canada

Aimez-nous
@CANenSante

Suivez-nous
@GouvCanSante

Sources

- Agence de la santé publique du Canada, Système canadien de surveillance des maladies chroniques (SCSMC), août 2019. Accès : <https://sante-infobase.canada.ca/scsmc/outil-de-donnees/Index>.
- Papaioannou A, Morin S, Cheung AM, Atkinson S, Brown JP, Feldman S, et al. Lignes directrices de pratique clinique 2010 pour le diagnostic et le traitement de l'ostéoporose au Canada – Sommaire. JAMC nov. 2010;182(17):1864-1873.
- Agence de la santé publique du Canada. Rapport du système canadien de surveillance des maladies chroniques : L'ostéoporose et les fractures connexes au Canada, 2020 [en ligne]. Ottawa (Ont.) : Agence de la santé publique du Canada; 2020 [consulté le 11 janvier 2021]. Accès : www.canada.ca/fr/sante-publique/services/publications/.

