

L'OSTÉOPOROSE et les FRACTURES CONNEXES au Canada

2023

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 2019–2020 :

Presque **2,5 millions** de Canadiens âgés de 40 ans et plus **vivaient avec un diagnostic d'ostéoporose**



Environ **81 %** 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 65 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 :



Seulement **15 %** des Canadiens âgés de 40 ans et plus ont passé un **test de DMO**



Seulement **21 %** 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 2019–2020, il y a eu :

156 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 **1,5x 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 2022. 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 2023]. Accès : <https://www.canada.ca/fr/sante-publique/services/publications/maladies-et-affections/osteoporose-fractures-connexes-2020.html>

REMERCIEMENTS

Ce travail a été rendu possible grâce à la collaboration entre l'Agence de la santé publique du Canada (ASPC) et l'ensemble des gouvernements provinciaux et territoriaux du Canada, ainsi qu'à la contribution des spécialistes du Groupe de travail sur l'ostéoporose du SCSMC. Cette infographie a été produite par l'ASPC et ne devrait pas être perçue comme ayant été endossée par les provinces et les territoires.

© Sa Majesté le Roi du Chef du Canada, représenté par le ministre de la Santé, 2023
Cat. : HP35-123/1-2023F-PDF | ISBN : 978-0-660-68811-4 | Pub. : 230578



Agence de la santé
publique du Canada

Public Health
Agency of Canada

Canada