

Une alimentation équilibrée et riche en calcium pour des os plus solides

Une rencontre organisée à Paris, Maison de la Mutualité,
le samedi 21 octobre pour prévenir l'ostéoporose.

COMMUNIQUÉ DE PRESSE

A l'occasion de la Journée Mondiale contre l'Ostéoporose qui se déroulera le 20 octobre prochain, médecins, infirmières, diététiciens et kinésithérapeutes, libéraux et hospitaliers, se mobilisent sous l'égide du Groupe de Recherche et d'Information sur les Ostéoporoses (GRIO) à Paris comme dans 28 villes en France pour expliquer **l'importance d'une alimentation équilibrée et riche en calcium dans la prévention de l'ostéoporose.**

A l'heure actuelle, cette sournoise maladie osseuse concerne **3 millions de femmes ménopausées** en France et touche **une femme sur deux après l'âge de 60 ans**. A l'origine de plus de **130 000 fractures par an**, l'ostéoporose a des répercussions notables et indéniables en terme de qualité de vie et de mortalité.

Souvent ignorée, cette affection aux lourdes conséquences peut être aisément prévenue, diagnostiquée et traitée. En matière de diagnostic, **l'examen de dépistage, l'ostéodensitométrie, est remboursé, sous certaines conditions, depuis le 1^{er} juillet 2006.** Les pouvoirs publics ont reconnu l'intérêt de la mesure de la densité osseuse dans la prévention de l'ostéoporose et les conditions sont à présent définies pour cette indispensable prise en charge.

Aujourd'hui des traitements efficaces permettent de réduire de près de 50% le risque de fracture. **Une alimentation équilibrée et riche en calcium, à chaque étape de la vie, permet de préserver le capital osseux nécessaire pour retarder l'apparition de l'ostéoporose.**

Les spécialistes du Groupe de Recherche et d'Information sur les Ostéoporoses passent à l'action et invitent le public à découvrir les mécanismes de cette « maladie des os fragiles ». Les rhumatologues coordonnent les animations et les rencontres qui pour Paris, seront proposées au public **le samedi 21 octobre, de 14h à 18h à la Maison de la Mutualité, 24 rue saint Victor, Paris 5^e**

L'objectif est d'**informer** pour permettre à chacun de trouver ses repères et de **répondre aux questions** du public concernant l'ostéoporose. Comment cette maladie insidieuse fragile-t-elle le squelette et expose-elle à des fractures souvent invalidantes? Peut-on espérer vivre et vieillir sans fracture ?

Sous forme de conférences, d'ateliers, d'échanges, les spécialistes vont à la rencontre du public pour expliquer cette pathologie, conseiller les personnes à risque et convaincre de l'importance d'une **bonne gestion de son alimentation pour préserver le capital osseux** indispensable.

Le programme des JMO 2006 au jour le jour dans toutes les villes de France, est disponible sur le site du GRIO : www.grio.org

Organisation : Association Paris Rhumato – GRIO – Mutualité Francilienne