



**DÍA MUNDIAL DE LA OSTEOPOROSIS**  
**KIT DE HERRAMIENTAS DE CAMPAÑA**

Todo lo que necesitas saber sobre la **Campaña WOD 2019**

[www.worldosteoporosisday.org](http://www.worldosteoporosisday.org)



díaMundialde la **Osteoporosis**  
**20**octubre

---

## ¿QUÉ ES EL DÍA MUNDIAL DE LA OSTEOPOROSIS?

El World Osteoporosis Day: WOD, que se celebra el 20 de octubre de cada año, es una campaña de un año dedicada a crear conciencia mundial sobre la prevención, el diagnóstico y el tratamiento de la osteoporosis y la enfermedad musculoesquelética relacionada.

Su objetivo es incluir la salud ósea y la prevención de fracturas en la agenda de salud mundial. Se extiende a los profesionales de la salud, los medios de comunicación, los responsables políticos, los pacientes y el público en general.

---

## ¿POR QUÉ ESTE KIT DE HERRAMIENTAS?

Este conjunto de herramientas proporciona **recursos y describe las acciones** que puede tomar cada actor interesado e involucrado en la lucha mundial contra la osteoporosis.

WOD es una oportunidad para **coordinar esfuerzos globales y locales**, y trabajar juntos para hacer el mayor ruido posible alrededor del 20 de octubre.

Alentamos a que utilices todos los recursos desarrollados por IOF para el WOD, traduce cuando sea necesario y difunde los materiales a través de tus redes.

## ¿POR QUÉ ES TAN IMPORTANTE EL WOD?

Es una **oportunidad única** en la que **personas de todo el mundo se unen** para resaltar el **impacto de la osteoporosis** y las enfermedades musculoesqueléticas. Los profesionales de la salud, las autoridades médicas, los individuos y los responsables políticos tienen un papel que desempeñar para ayudar a **reducir el impacto de esta enfermedad**.

# ¿SABÍAS QUE ...? HECHOS SOBRE OSTEOPOROSIS QUE PUEDES USAR EN TU COMUNICACIÓN

- Para **2050**, se proyecta que la incidencia mundial de fractura de cadera en los hombres **aumentará en un 310% y en un 240%** en las mujeres.
- La urbanización y el **envejecimiento de la población** están impulsando **un aumento rápido** en el impacto de la osteoporosis.
- La mayoría de los **pacientes con fractura por fragilidad no son evaluados ni tratados** por su sistema de salud, por lo tanto, no se logra "capturar la fractura" y reducir el riesgo de fracturas posteriores.
- La osteoporosis representa **más días en el hospital** que el **cáncer de mama**, el **ataque cardíaco**, la **diabetes** & otras enfermedades.
- **1 de cada 5 mujeres** con una **fractura de columna** sufrirá **otra** dentro de un año.
- **La pérdida de independencia** después de una fractura es importante, aproximadamente, el **60%** requiere asistencia un año después y **20% atención de enfermería a largo plazo**.
- **El riesgo de fractura es hasta un 27%** mayor que el riesgo de cáncer de próstata.
- **1 fractura** cada **3 segundos**.
- Si has sufrido **1 fractura** tienes **un riesgo doble** de sufrir otra.
- **1/3 mujeres 1/5 hombre de 50 años o más**: sufrirán una fractura por osteoporosis en todo el mundo.
- **9 millones** de fracturas anuales.
- **Una fractura previa** está asociada con un **86%** de riesgo mayor de sufrir otra fractura.
- Sólo **1/3** de las **fracturas vertebrales** reciben atención médica.
- El **80% de la personas** que han tenido al menos una fractura por osteoporosis, **no son identificadas ni reciben tratamiento** para la osteoporosis.
- **En los hombres**, el **riesgo** de fractura es **hasta 27% mayor** que el riesgo de cáncer de próstata.
- ¡Protege tu futuro! Si estás en riesgo, solicita una **evaluación de tu salud ósea**.

# CAMPAÑA 2019

## EL OBJETIVO ■



**CREAR  
CONCIENCIA**



**SER MULTI-  
CULTURAL**



**LLEGAR A  
UNA AUDIENCIA  
MAYOR**



**RESALTAR  
EL IMPACTO**



**CAMBIAR LA  
PERCEPCIÓN**

## EL CONCEPTO ■

**La Osteoporosis es una enfermedad poco diagnosticada y poco tratada.** ¿Por qué? La enfermedad **no tiene síntomas hasta que se fractura un hueso**. En todo el mundo, millones de personas con riesgo alto de fracturas, desconocen la enfermedad subyacente. A menudo, el **vínculo** entre la osteoporosis y los huesos rotos, y las graves consecuencias de las fracturas, son poco conocidas. Además, la importancia de **una buena salud ósea es subestimada con demasiada frecuencia** (y por lo tanto descuidada) tanto por los pacientes como por los médicos. A nivel de salud pública, muchos gobiernos y autoridades de salud desconocen la enorme carga socioeconómica causada por la osteoporosis.

El lema **"ESO ES OSTEOPOROSIS"** presentado en la campaña WOD de este año se utilizará en recursos creativos y visuales diseñados para mejorar la comprensión de la osteoporosis y sus resultados. Específicamente, para:

- mejorar la comprensión del **vínculo entre la osteoporosis y los huesos rotos**
- revelar los **costos humanos y socioeconómicos** de las fracturas a través de retratos impactantes de pacientes
- alentar al público a conocer su riesgo personal de osteoporosis mediante el uso de el **nuevo Cuestionario de Riesgo de Osteoporosis de la IOF**.

La campaña utilizará retratos poderosos y cargados de emociones de pacientes individuales de todas las regiones del mundo. Los retratos, mostrados en posters y banners para redes sociales, estarán vinculados a la historia personal de la vida del paciente con osteoporosis.

# CÓMO ACCEDER A LOS RECURSOS

## POSTERS y BANNERS PARA REDES SOCIALES - Principal objetivo - Población general



*Se pondrán a disposición más posters que representan a pacientes de todas las regiones del mundo.*

## MÁS RECURSOS ■

**FOLLETO  
"ESO ES OSTEOPOROSIS"**  
Una guía compacta para la osteoporosis, su prevención y tratamiento.

**"ESO ES OSTEOPOROSIS"**  
Infografía y video

**FOLLETO CUESTIONARIO  
DE RIESGO**  
Pacientes/Prof. de la salud

Una amplia gama de recursos anteriores estará disponible en varios idiomas.

**IOF COMPENDIO DE  
OSTEOPOROSIS**  
2da. edición

Todos los recursos están disponibles para descargar en:

**[www.worldosteoporosisday.org/resources](http://www.worldosteoporosisday.org/resources)**

La mayoría de los materiales también estarán disponibles en español, francés, árabe y chino. Si lo solicitas y nos envías la traducción, podemos preparar el material seleccionado por ti, y **si eres una sociedad miembro de la IOF** no dudes enviarnos un correo a [iramos@iofbonehealth.org](mailto:iramos@iofbonehealth.org) para obtener el material en tu idioma local.

# PLATAFORMAS DE REDES SOCIALES

---

¡Las redes sociales son una de las herramientas de comunicación más poderosas en estos días! ¡Descubre qué canales pueden ser más útiles para tu organización y asegúrate de usarlos!

**Facebook** - es la **red social más grande el mundo**. Unirse es **gratis**, es **fácil de usar** y permite a los usuarios conectarse con amigos, familiares y otras personas y organizaciones. Los usuarios pueden compartir fotos, videos, actualizaciones de estado y contenido desde cualquier lugar de la web.

**Twitter** - puedes seguir a **personas conocidas personalmente**, o **personas influyentes** u **organizaciones** de interés. Es especialmente valioso para **ampliar las campañas, involucrar a los participantes** en eventos, crear **redes de networking online** y una fuente importante para recopilar las últimas noticias (sin filtrar).

**Instagram** - es una aplicación para **compartir fotos**; puedes tomar fotos dentro de la aplicación o usar fotos que ya existen en el carrito de tu cámara. Puedes darle un título a tu foto, lo cual es útil y divertido. Las fotos se pueden compartir al instante. **Las imágenes invocan todo tipo de pensamientos, emociones y perspectivas** sin palabras y puedes ver el mundo a través de los ojos de otra persona.

**YouTube** - **es la segunda red social más grande** después de Facebook y se especializa en compartir contenido de video. Esta es una gran plataforma para usar cuando una organización comienza a producir y compartir videos.

**LinkedIn** - es un sitio web **profesional de networking** que se utiliza para búsquedas de empleo, reclutamiento y conexión con colegas y clientes. También representa otra plataforma para **establecer y aumentar la presencia de la organización** y su base de apoyo.

COMPARTE

MUESTRA

EXPLICA

ACONSEJA



# TÉRMINOS UTILIZADOS EN REDES SOCIALES

**Compartir:** Los usuarios transmiten contenido en una red social a sus conexiones, grupos o individuos específicos. Cuanto más se comparta el contenido, mayor será la audiencia que tendrá acceso a él. Cuando compartes una publicación, todos tus seguidores podrán verla.

**Noticias "News Feed":** también conocido como "línea de tiempo", muestra lo que han compartido los amigos y las personas que siguen los usuarios

**Timeline:** captura la actividad del usuario, mostrando el contenido más reciente en la parte superior

**Etiquetar "Tag":** crea un enlace al perfil de la persona que se muestra en la imagen. Permite a los usuarios involucrar a un individuo, empresa o entidad con un perfil social cuando los mencionan en una publicación o comentario.

**Seguir "Follow":** en redes sociales, un seguidor se refiere a una persona que se suscribe a su cuenta para recibir sus actualizaciones.

**Hashtag #:** palabra o frase precedida por el signo numeral (#) para identificar mensajes sobre un tema específico. Los usuarios pueden seguir y buscar hashtags, por lo que, en promedio, puedes y debes usar 2-4 por publicación

**Handle:** un nombre de usuario también se identifica como "handle", especialmente cuando se activa en la mayoría de las plataformas colocando un "@" antes del nombre del perfil

## HASHTAGS MÁS UTILIZADOS

### #worldosteoporosiday

#### Hashtags claves para debatir

#osteoporosis

#bone

#bonehealth

#Healthybones

#healthtalk

#healthnews

#healthcare

#digitalhealth

#4patient

#### Hashtags populares

#Workout

#exercise

#fitlife

#health

#letsmove

#VitaminD

#nutrients

#calcium

#epatient

#age

#doctor

#Womenhealth

#wellnessjourney

#moveyourbody

#liveinspired

#news

#future

#hscm

## PUBLICACIÓN EN REDES SOCIALES



Aquí hay algunas sugerencias de contenido que puede usar para tus publicaciones en todas las plataformas de redes sociales. **Asegúrate de agregar un enlace al recurso apropiado, tu sitio web o el sitio del WOD ([www.worldosteoporosisday.org](http://www.worldosteoporosisday.org)).**

¿Podría estar usted en riesgo de fracturas por osteoporosis? Realice el Cuestionario de Riesgo de **#Osteoporosis** de la IOF y descubra si tiene factores de riesgo. **#WorldOsteoporosisDay**

¿Te has roto un hueso después de los 50 años? Sin tratamiento, una fractura conduce a otra. ¡Haz una evaluación, recibe tratamiento! **#WorldOsteoporosisDay**

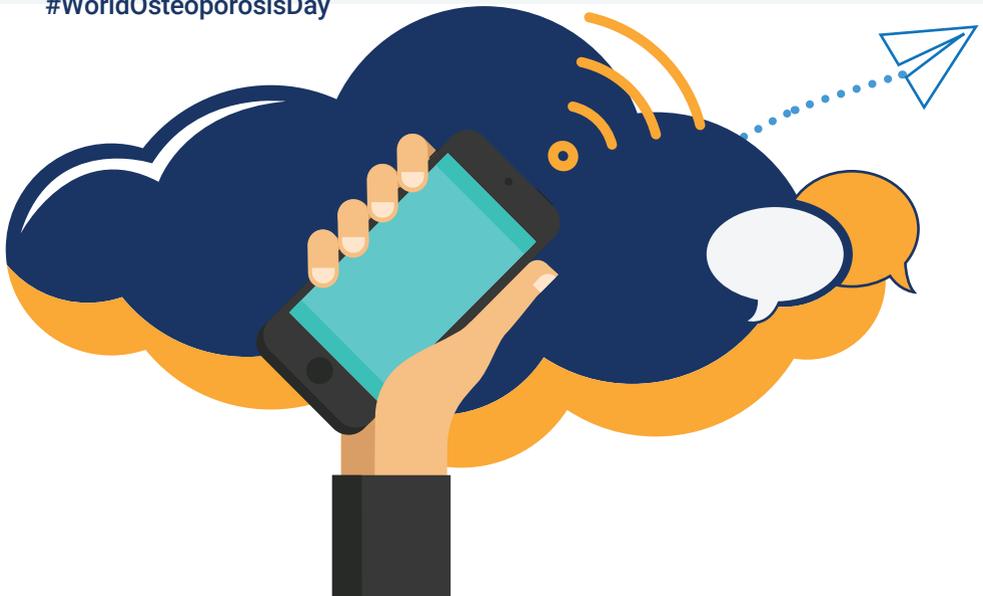
¿Tienes antecedentes familiares de **#huesos rotos**? Podrías estar en riesgo. Realiza el Cuestionario de Riesgo de **#Osteoporosis** de la IOF **#WorldOsteoporosisDay**

¿Estás perdiendo altura? Podría ser un signo de fracturas de columna debido a la **#osteoporosis**. ¡Evalúate! **#WorldOsteoporosisDay**



El **#calcio** es importante para la **#saludosea**. ¿Estás obteniendo suficiente de este importante mineral? Descúbrelo con la calculadora de calcio IOF **#WorldOsteoporosisDay**

La **#osteoporosis** afecta a 1 de cada 3 mujeres y 1 de cada 5 hombre de 50+ años a nivel mundial. ¡No permitas que te afecte! Toma medidas para prevenirla en **#WorldOsteoporosisDay**



## TIPS



Usa el lema "ESO ES OSTEOPOROSIS", con imágenes específicas de pacientes y enlaces a historias para enfatizar la carga humana de la osteoporosis. Usa imágenes con un impacto emocional.



Él sufrió una fractura de cadera - luego su vida nunca fue la misma.

**ESO ES OSTEOPOROSIS**

[#osteoporosis](#) [#WorldOsteoporosisDay](#)



Cuando no puedes agacharte para recoger a tu nieto.

**ESO ES OSTEOPOROSIS**



Él se rompió el tobillo mientras se vestía.

**ESO ES OSTEOPOROSIS**

[Lee la historia de Peter](#)



# EJEMPLOS PARA INSPIRAR TU PRÓXIMO EVENTO WOD

**Organiza eventos de información pública en centros comerciales y hospitales.**



*Kuwait*



*Malasia*

**Celebra eventos en escuelas, bibliotecas o clubes deportivos para llegar a los jóvenes.**



*India*



*Rusia*

**Llega a los medios con una conferencia de prensa o se un invitado en un programa de entrevistas**



*España*

## EJEMPLOS PARA INSPIRAR TU PRÓXIMO EVENTO WOD

**Lanza nuevos videos o recursos y difundelos a través de las redes sociales.**



*España*



*Japón*

**Organiza mesas redondas sobre políticas, conferencias de prensa o eventos parlamentarios.**



*Australia*

En Australia, el Ministro de Salud y el Ministro para la Atención a Adultos Mayores y Ancianos de Australia presentaron el Informe de riesgo de la comunidad "Conozca sus huesos" para el Día Mundial de la Osteoporosis 2018 en un evento en la Casa del Parlamento de Canberra.

## MÁS IDEAS PARA INSPIRAR

---

The **Día Mundial de la Osteoporosis no sería lo mismo** sin las numerosas actividades que las **240 Sociedades Nacionales** realizan en sus países para crear conciencia. Te alentamos a que aproveches el WOD y el impulso creado por la campaña global del WOD. ¡Aquí hay algunas ideas que pueden usarse como inspiración para los eventos de este año!

- **Asóciate con celebridades y personas influyentes** interesados en la Salud – Ellos pueden abogar en sus plataformas. Esto **creará más conciencia** sobre el Día Mundial de la Osteoporosis y generará **más tráfico a tus plataformas** (página web, redes sociales).
- Organiza **eventos de recaudación de fondos** para tu sociedad.
- Organiza o únete a **carreras/maraton/caminatas**. Éstas puede ser una buena oportunidad para obtener el apoyo de los socios.
- Usa el WOD como una **ocasión para anunciar** la implementación de un nuevo servicio de Fracture Liaison en tu hospital local. ¿No sabes qué es un servicio de coordinación de fracturas? ¡Visita el sitio web del programa **Capture the Fracture Program** y conoce más <http://www.capturethefracture.org/fracture-liaison-services>
- Organiza un **desayuno saludable para tus huesos**, comida o cena, invita a personas influyentes locales, celebridades, políticos, etc.
- **¡Lanza una campaña de comunicación en redes sociales!** Puedes utilizar los recursos disponibles en el sitio web del Día Mundial de la Osteoporosis para la comunicación <http://www.worldosteoporosisday.org/resources>
- Circula una **petición para recolectar firmas** para la Carta Global del Paciente IOF (Disponible para descargar como documento en <https://www.iofbonehealth.org/iof-global-patient-charter>)
- **Ponte en contacto con un programa de TV local** y haz que un paciente y alguien de tu organización discutan sobre la enfermedad y el significado del Día Mundial de la Osteoporosis.
- Publica una **noticia en tu periódico local** sobre el Día Mundial de la Osteoporosis y todas las actividades en las que participa tu organización. Hay algunos periódicos gratuitos que generalmente se distribuyen en los transportes públicos que siempre están disponibles para comunicar sobre estas iniciativas.

## COMPARTE INFORMACIÓN SOBRE TUS EVENTOS

---

Nos encantaría poder mostrar todo el trabajo increíble que estás haciendo, ya sea que estés organizando un evento o campaña, publicación o reunión científica, asegúrate de enviar los detalles y obtener visibilidad en el mapa del Día Mundial de la Osteoporosis.

**Ingresar aquí:** <http://worldosteoporosisday.org/events>

## MEDIOS: DIFUNDE DURANTE EL 20 DE OCTUBRE

---

La IOF emitirá una gacetilla de prensa el 20 de octubre para el lanzamiento mundial del Día Mundial de la Osteoporosis a través de PRNewswire. El documento se compartirá a fines de septiembre con las sociedades miembro de la IOF para que puedan adaptarlo o traducirlo para sus medios locales, o simplemente usarlo como inspiración para su propio lanzamiento.

- **Comunícate temprano con tus medios nacionales** para informarles sobre el Día Mundial de la Osteoporosis y las actividades planificadas.
- A menudo funciona una presentación o divulgación directa para medios de comunicación o revistas específicos: **ofrece una entrevista** con el portavoz de tu organización.
- **A solicitud**, la IOF puede proporcionar una declaración del presidente de la IOF para cualquier comunicado de prensa del CNS.

## ACÉRCATE A LOS RESPONSABLES POLÍTICOS

---

Las autoridades de salud y los responsables políticos deben ser conscientes del impacto humano y económico de la osteoporosis para que se produzca un cambio. Utiliza estos recursos de la IOF para ayudar a que la prevención de la osteoporosis sea una prioridad de salud en tu país.

- Compendio de Osteoporosis de la IOF, en 5 idiomas: esta publicación histórica se publicará en una segunda edición en 2019. Contiene gráficos y estadísticas impactantes que muestran la carga global y regional de la enfermedad. Disponible en <http://www.worldosteoporosisday.org/resources>
- Huesos rotos, vidas rotas: la crisis de fracturas por fragilidad en seis países europeos. Este informe impactante y los materiales relacionados son un argumento sólido para la prevención secundaria de fracturas. Descargar en <https://www.iofbonehealth.org/broken-bones-broken-lives>

## DERECHOS DE AUTOR Y PERMISOS

---

La IOF posee todos los derechos de propiedad intelectual de los recursos, pero otorga al usuario final la licencia no exclusiva e intransferible para utilizar los recursos según estos términos y condiciones. Está prohibido hacer uso comercial de los recursos IOF, en su totalidad o en parte, sin permiso previo.

El material WOD 2019 está disponible para su uso en condiciones específicas:

- Los miembros del CNS tienen el derecho, sin ninguna tarifa o costo, de usar, publicar, distribuir, difundir, transferir, digitalizar, estos recursos con fines educativos, y no para ningún propósito comercial o ventaja directa o indirecta. El contenido puede modificarse para el idioma local, pero no debe ser tergiversado de ninguna manera. El CNS es libre de agregar logotipos de patrocinadores locales a posters y otros materiales, sin embargo, la IOF solicita que los logotipos de los socios oficiales globales del WOD permanezcan en los materiales.
- Los socios oficiales de WOD tienen el derecho de usar los materiales de WOD de acuerdo con su acuerdo de colaboración.
- El material de la campaña y el WOD en sí mismo no se pueden utilizar en relación con la venta de productos, para la promoción de una empresa ni para ningún propósito comercial o ventaja directa o indirecta. El material solo se puede utilizar en asociación con iniciativas WOD. Si no es miembro del CNS de la IOF, no puede adaptar el material y debe usarlo tal como se proporciona.

Las empresas corporativas que quieran usar materiales WOD, por favor contactar directamente a [ccoolen@iofbonehealth.org](mailto:ccoolen@iofbonehealth.org).

Si tienes alguna pregunta sobre los derechos de uso del logotipo y los materiales de WOD, comunícate con: [info@iofbonehealth.org](mailto:info@iofbonehealth.org)

El material WOD sólo puede publicarse con el siguiente derecho de autor dentro de la imagen o al lado: ©International Osteoporosis Foundation

## REDES SOCIALES DE LA IOF

---

La IOF tendrá contenido diferente para todas las plataformas de redes sociales durante octubre:

 **WOD Facebook** [www.facebook.com/worldosteoporosisday/](https://www.facebook.com/worldosteoporosisday/)

 **IOF Facebook** [www.facebook.com/iofbonehealth/](https://www.facebook.com/iofbonehealth/)

 **IOF Latin America Facebook** [www.facebook.com/IOF.America.Latina/](https://www.facebook.com/IOF.America.Latina/)

 **IOF Twitter** [www.twitter.com/iofbonehealth](https://www.twitter.com/iofbonehealth)

**La IOF te alienta a crear y/o mantener tus cuentas de redes sociales**

## CRONOGRAMA DE DISPONIBILIDAD DE RECURSOS

TIPO DE MATERIAL	DISPONIBILIDAD
Posters	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Junio-Septiembre</li> </ul>
<b>Folleto ESO ES OSTEOPOROSIS</b> - un guía compacta para la osteoporosis, su diagnóstico y tratamiento <ul style="list-style-type: none"> <li>• Inglés</li> <li>• Traducciones en otros idiomas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Agosto</li> <li>• Agosto en adelante</li> </ul>
<b>Folleto Cuestionario de Riesgo</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Inglés</li> <li>• Traducciones en otros idiomas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Julio</li> <li>• Julio en adelante</li> </ul>
<b>Banners para redes sociales</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Inglés</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Agosto</li> </ul>
<b>Infografía</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Inglés</li> <li>• Traducciones en otros idiomas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Agosto</li> <li>• Agosto en adelante</li> </ul>
<b>Vídeo de campaña</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Inglés</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Septiembre</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gacetilla de prensa WOD - 20 de octubre</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Octubre (18 de octubre)</li> </ul>
<b>Compendio de Osteoporosis IOF</b> , 2da edición <ul style="list-style-type: none"> <li>• Todos los idiomas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Octubre</li> </ul>

En caso de que quieras algo de inspiración, visita y sigue a:

- 
**IOF Instagram** [www.instagram.com/iof\\_worldosteoporosisday/](https://www.instagram.com/iof_worldosteoporosisday/)
- 
**IOF YouTube** [www.youtube.com/iofbonehealth](https://www.youtube.com/iofbonehealth)
- 
**IOF LinkedIn** [www.linkedin.com/company/international-osteoporosis-foundation/](https://www.linkedin.com/company/international-osteoporosis-foundation/)

**Ten tus cuentas en redes al día y asegúrate de compartir nuevo contenido ¡especialmente durante octubre!**



Nuestra visión es un mundo sin fracturas por osteoporosis en donde la movilidad saludable sea una realidad para todos.

## Carta Global del Paciente IOF

Muestra tu apoyo para la prevención de fracturas y la mejor atención de pacientes con osteoporosis en todo el mundo. Firma la Carta Global de Pacientes de IOF en <https://www.iofbonehealth.org/iof-global-patient-charter>

Para obtener más información sobre la osteoporosis, consulta a tu sociedad de osteoporosis de pacientes o médica local. Una lista está disponible en [www.iofbonehealth.org](http://www.iofbonehealth.org)

-  [facebook.com/iofbonehealth/](https://facebook.com/iofbonehealth/)
-  [twitter.com/iofbonehealth/](https://twitter.com/iofbonehealth/)
-  [linkedin.com/company/international-osteoporosis-foundation/](https://linkedin.com/company/international-osteoporosis-foundation/)
-  [instagram.com/worldosteoporosisday/](https://instagram.com/worldosteoporosisday/)
-  [youtube.com/iofbonehealth/](https://youtube.com/iofbonehealth/)

©2019 **International Osteoporosis Foundation**

9 rue Juste-Olivier • CH-1260 Nyon • Switzerland

T +41 22 994 01 00 • F +41 22 994 01 01

[info@iofbonehealth.org](mailto:info@iofbonehealth.org) • [www.iofbonehealth.org](http://www.iofbonehealth.org) • [www.worldosteoporosisday.org](http://www.worldosteoporosisday.org)

El Día Mundial de la Osteoporosis es apoyado por una beca educativa irrestricta de

