

SA SANTÉ D'ABORD

DEUX MILLION CANADIENS

sont touchés par
l'ostéoporose.

En fait, plus de

80% DE TOUTES LES FRACTURES



chez les personnes de plus de 50 ans sont
causées par l'ostéoporose.

UNE FEMME SUR TROIS



subira une fracture
de fragilité au cours
de sa vie.

Cependant,



MOINS D'UNE PERSONNE SUR CINQ

avec des fractures osseuses est diagnos-
tiquée ou traitée pour l'ostéoporose.

SELON UN RÉCENT SONDAGE MENÉ AUPRÈS DE 302 FEMMES AU CANADA:

93%

conviennent que les os
jouent un rôle clé dans
la capacité à rester
autonome



TOUTEFOIS,

48%

des femmes qui n'avaient
pas discuté de la santé
des os avec leur médecin
ont dit ne pas l'avoir fait
parce que ce sujet ne les
préoccupe pas



43%

n'ont jamais subi de
dépistage de la
densité osseuse



87%

n'ont jamais effectué
une évaluation des
risques de fracture



30%

ont un membre de la
famille ou un ami
proche atteint
d'ostéoporose



OR, SEULEMENT

19%

abordent des sujets
de santé avec des
membres féminins de
la famille et des amis



DES HABITUDES SAINES PEUVENT AIDER À RENFORCER VOS OS:



Adoptez une alimentation
équilibrée



Évitez de fumer et limitez
votre consommation
d'alcool



Restez actives



Consultez votre prestataire
de soins pour connaître
des façons de vérifier les
risques de fracture et la
densité osseuse



**POUR VOIR CE QUE VOUS POUVEZ
FAIRE POUR AIDER À CONSERVER LA
SOLIDITÉ DE VOS OS ET POUR OBTENIR
DES CONSEILS SUR LA FAÇON DE
PARLER À D'AUTRES FEMMES DANS
VOTRE VIE, VISITEZ LE SITE WEB :**

WWW.SASANTEDABORD.CA