

Checklist de acompanhamento em consultas

- Medicação em uso para Osteoporose: Nome
- Adesão medicamentosa () Sim () Não
- Efeitos adversos da medicação () Sim () Não
- Existiu quedas desde a última consulta? () Sim () Não
- Teve perda de altura () Sim () Não
- Teve nova fratura () Sim () Não
- Atividade Física? () Sim () Não
- Consumo de Proteínas () Adequado () Não Adequado
- Consumo de Cálcio () Adequado () Não Adequado
- Checar laboratório
- Avaliar necessidade encaminhamento ao especialista

Plano de cuidado

1) **Avaliação Inicial**

- Busca de fatores de risco
- Avaliação de causas secundárias: Solicitação de Exames Laboratoriais
- Risco de quedas – Avaliação de Sarcopenia: Teste sentar e levantar, Sarc-F
- Densitometria
- Busca ativa de fraturas: Radiografia de coluna torácica e lombar AP e perfil

2) **Retorno**

- Checar Exames
- Traçar metas: Consumo de Cálcio / Consumo de Proteína / Atividade Física
- Escolha do tratamento