

# DIABETE E ATTIVITÀ FISICA

Gian Pasquale Ganzit, Luca Stefanini

collana **sport**

Già alla fine del diciannovesimo secolo Apollinaire Bouchardat, primo diabetologo pratico e capostipite di una famiglia di diabetologi, raccomandava ai suoi pazienti «la caccia, la scherma, il remare, il pattinaggio, il gioco della pallacorda».

Un secolo dopo l'attività fisica continua ad essere considerata un elemento primario nella terapia del diabete.

L'esercizio praticato con regolarità migliora le alterazioni metaboliche indotte dalla patologia, diminuisce il rischio cardiovascolare e consente di tenere sotto controllo il peso corporeo.

Lo sport nel soggetto diabetico, preceduto da adeguati controlli medici, va quindi incentivato.

**Diabete e attività fisica** illustra quali sono gli sport da evitare e quelli consigliati per i pazienti diabetici.

## Destinatari

Tutti coloro, medici e non, che desiderano conoscere quali sport sono più adatti nei soggetti diabetici.

## Autori

**Gian Pasquale Ganzit, Luca Stefanin**, Istituto di Medicina dello Sport di Torino.

## Contenuti

- Introduzione
- Effetti dell'attività fisica sull'organismo umano
- Classificazione delle attività sportive
- Classificazione del diabete e cenni di patologia
- Effetti e prescrizione dell'attività fisica nel soggetto diabetico
- I rischi conseguenti alla pratica sportiva nei soggetti diabetici insulino-dipendenti
- Regole da seguire praticando sport
- Tabella riassuntiva delle attività fisiche nel paziente diabetico
- Bibliografia



12 x 17 cm  
56 pagine  
Prima edizione gennaio 2008  
ISBN 978-88-8968-816-8  
12,00 €