

**News in tempo reale GRATIS con ASCA**

RSS HOME CHI SIAMO  
BREAKING NEWS ECONOMIA BORSE&MERCATI POLITICA ENTI LOCALI SPORT ATTUALITA' FLASH

speciali RICOSTRUZIONE ABRUZZO | CINEMA E SPETTACOLO | 150 ANNI UNITA' D'ITALIA |

ultima ora

**Accesso Ascachannel**  
Utente Registrato  
nome utente password  
ENTRA  
non sei registrato, clicca qui

economia  
finanza  
tecnologia  
politica  
sociale  
esteri  
archivio news  
news@mail

ascachannel

attualità

Torna al minisito "Salute Oggi"

07-03-11  
**SALUTE: OSTEOPOROSI, ESAMI E ATTIVITA' FISICA PER PREVENZIONE**

(ASCA) - Roma, 7 mar - Non ci sono solo i farmaci come "ultima spiaggia" per curare l'osteoporosi. Affrontare il problema per tempo con esami diagnostici appropriati e l'attività fisica allontana il rischio. "Le donne che hanno avuto una madre affetta da fratture vertebrali o di femore devono sottoporsi a un controllo dopo la menopausa per valutare la massa ossea con la densitometria a raggi X. Solo così lo specialista può tracciare una strategia preventiva che contempla farmaci, ma anche una regolare attività fisica e un adeguato apporto di calcio e vitamina D", spiega Carlo Trevisan, primario di Ortopedia e Traumatologia all'ospedale SS Capitanio e Gerosa a Lovere (Bergamo), ospite al VII Congresso "Rachide e Riabilitazione" di **Isico (Istituto Scientifico Italiano Colonna vertebrale)**, il 26 marzo al Centro Milanofiori di Assago.

Invecchiamento delle ossa non vuol dire sempre e comunque osteoporosi: è stato stimato che quasi il 60% di donne in Italia, tra i 70 e gli 80 anni, non ne sono affette e queste percentuali scendono ulteriormente tra gli uomini. Evitare la sedentarietà e' fondamentale per combattere la perdita di tessuto muscolare. "Gli esercizi sono fondamentali non tanto per l'incremento della massa ossea - continua Trevisan - quanto per assicurare un discreto stato di salute generale e contrastare quel rischio di caduta rilevante per ridurre le fratture".

noe/mau/rl

notizie correlate

video  
MALATTIE RARE, OLTRE 5000 PAZIENTI CON SLA MA POCHI I DATI

articoli  
NO A VOCE TROPPO ALTA PER LEI, TEST TONALITA' E' ANTI-TRADIMENTO

INSONNIA HI-TECH? TROPPI GADGET INTORNO AL LETTO

INDIVIDUATO AMINOACIDO COINVOLTO IN SORDITA' COCCLEARE

SORDITA' INFANTILE COLPISCE 0,7 PER MILLE DEI NUOVI NATI

ACCENDERE O SPEGNERE LA MEMORIA, TROVATA SUPER-PROTEINA

INDIVIDUATI 13 NUOVI GENI COINVOLTI IN ATTACCHI CARDIACI

MARTINI, PRESTO LINEE GUIDA MINISTERO ASSISTENZA ANZIANI FRAGILI

CELL METABOLISM, IN ENZIMA TROVATO NUOVO TARGET ANTI-COLESTEROLO

PSICOLOGA, IDEALIZZARE PARTNER ALLUNGA MATRIMONIO

FUNZIONAMENTO CERVELLO DIPENDE PER IL 60% DA GENI

FATTORE GENETICO E INFARTO, AL VIA CONGRESSO A FIRENZE

ISPLAD, 3 MLN ITALIANI CON DERMATITE SEBORROICA PER INQUINAMENTO

CONVEGNO NELLE SCUOLE LIGURI PER 4' GIORNATA MALATTIE RARE

OMS, 17 CITTA' ITALIANE FRA LE 30 PIU' INQUINATE D'EUROPA (2)

OMS, 17 CITTA' ITALIANE FRA LE 30 PIU' INQUINATE D'EUROPA

CRITICO' PRIMARIO, ASSOLTA PRESIDENTE CITTADINANZATTIVA PUGLIA

multimedia  
salute app

- Home Page
- Copertina
- Focus
- Speciali
- 150 anni Unita' D'Italia
- CINEMA E SPETTACOLO
- Ricostruzione Abruzzo
- Abruzzo/la ripresa
- Breaking News
- Economia
- Borse&Mercati
- Politica
- Enti Locali
- Sport
- Attualità
- Energia e Mercati
- Terzo Settore
- Leggi&Regioni
- Cooperazione decentrata
- VetrinaItaliana
- Attività di Governo
- Edizione Radiofonica
- Governo.it
- Governo.it focus
- Governo.it estero
- Autonomie Locali
- Multimedia
- Ambiente e turismo
- Stampa estera
- Famiglia
- Energia e Petrolio

PARTNERS