



*“Un appropriato esercizio fisico e una dieta bilanciata prevengono rischio cardiovascolare e deterioramento della funzione muscolare e scheletrica”, lo sottolinea Ezio Ghigo, Direttore della Scuola di medicina dell’Università di Torino e della Divisione universitaria di Endocrinologia, Diabetologia e Metabolismo della Città della Scienza e della Salute di Torino*

Taormina, 27 maggio 2015 – “Una dieta qualitativamente e quantitativamente sbagliata e la sedentarietà determinano uno spiccato aumento del rischio cardiovascolare nonché una spiccata compromissione dell’apparato osteomuscolare – ribadisce l’endocrinologo torinese e spiega che – una compromissione dell’equilibrio endocrino e metabolico, determinando alterazioni ormonali e del metabolismo glucidico e lipidico, favorisce un invecchiamento precoce. L’eccedenza ponderale – aggiunge – quale fattore fortemente predisponente al diabete determina uno spiccato aumento del rischio cardiovascolare. Un’appropriata educazione sull’importanza dello stile di vita, con particolare riferimento alla nutrizione equilibrata e un costante esercizio fisico, fino all’ambito sportivo, coinvolge dunque l’endocrinologo interessato a prevenire i disturbi e le malattie endocrinometaboliche prima ancora che a curarle”.

*fonte: ufficio stampa*