

# LO SPORT PER LA PREVENZIONE E LA TERAPIA DELLE MALATTIE CRONICHE



Patologia	Ruolo preventivo	Ruolo terapeutico	Esercizio consigliato
<b>Artrite</b>	Possibile, con prevenzione dell'obesità	Si	AET (Aerobico) RET (Resistenza) Esercizio acquatico
<b>Neoplasia</b>	Si, negli studi epidemiologici sull'AET	Si, per qualità della vita, deperimento/atrofia. linfedema. funzionalità psicologica, sopravvivenza al tumore mammario	AET RET
<b>Ostruzione polmonare cronica</b>	No	Si, in manifestazioni extrapolmonari	AET RET
<b>Insufficienza renale cronica</b>	Possibile, tramite prevenzione di diabete e ipertensione	Si, per capacità di esercizio, composizione corporea, sarcopenia, condizione cardiovascolare, qualità della vita, funzionalità psicologica, flagosi ecci.	AET RET
<b>Deterioramento cognitivo</b>	Si, negli studi epidemiologici sull'AET	Si	AET RET
<b>Infarto congestivo</b>	Possibile, con prevenzione delle malattie coronariche e dell'ipertensione	Si, per capacità di esercizio, sopravvivenza, profilo di rischio cardiovascolare, qualità della vita	AET RET
<b>Malattie coronariche</b>	Si. AET e RET si sono dimostrati cardioprotettivi	Si	AET RET
<b>Depressione</b>	Si, negli studi epidemiologici sull'AET	Si	AET RET
<b>Disabilità</b>	Si, negli studi epidemiologici sull'AET, protettivo della forza muscolare	Si	AET RET
<b>Ipertensione</b>	Si, negli studi epidemiologici sull'AET	Si	AET RET
<b>Obesità</b>	Si, negli studi epidemiologici sull'AET	Si	AET RET
<b>Osteoporosi</b>	Si, negli studi epidemiologici sull'AET	Si	AET RET Esercizi di equilibrio Esercizio alto impatto
<b>Malattie vascolari periferiche</b>	Si. AET con trattamento dei fattori di rischio di MVP subordinato all'esercizio fisico	Si	AET Resistenza
<b>Ictus</b>	Si, negli studi epidemiologici sull'AET	Si	AET esercizio su tapis roulant RET (trattamento)
<b>Diabete di tipo 2</b>	Si, negli studi epidemiologici sull'AET. RET protettivo in caso di intolleranza al glucosio	Si	AET RET (trattamento)

