

Ricerca:

Cerca

HOME **BENESSERE** BELLEZZA FITNESS GRAVIDANZA PEDIATRIA FARMACIA ENCICLOPEDIA FORUM TECNO INFO

Sezioni medicina

- Analisi cliniche
- Andrologia
- Balbuze
- Cardiologia
- Chirurgia.it
- Chirurgia Estetica
- Dermatologia
- Diabete
- Ematologia
- Endocrinologia
- Farmacologia
- Flebologia
- Gastroenterologia
- Genetica
- Geriatría
- Ginecologia
- Gravidanza
- Handicap
- Malattie infettive
- Malattie renali
- Medicine naturali
- Neurologia
- Oculistica
- Odontoiatria
- Orecchie e gola
- Ortopedia
- Pediatria
- Psichiatria
- Psicologia
- Sclerosi
- Senologia.it
- Tiroide.it
- Trapianti
- Tumori
- Urologia
- Viaggi
- Prontuario A L
- Prontuario M Z

A scuola a piedi, il cuore ringrazia

Abituarsi da piccoli a muoversi riduce il rischio di problemi cardiovascolari



Un passo dopo l'altro, e il cuore resta in forma. Per prevenire le malattie cardiovascolari, l'ideale sarebbe cominciare a fare prevenzione sin da bambini, ad esempio andando a scuola a piedi. A suggerirlo è Marco Moia, segretario scientifico dell'Associazione lotta alla trombosi (Alt): "le malattie cardiovascolari da trombosi, come infarto, ictus, embolia e trombosi, sono

l'epidemia dei nostri giorni e ogni anno in Italia colpiscono 600 mila persone. Sono la prima causa di morte nei paesi industrializzati. Per questo è bene prevenirle fin dall'infanzia, con alimentazione sana e attività fisica. L'attività fisica e sportiva sono fondamentali per ridurre il rischio cardiovascolare, e insieme all'eliminazione del fumo e il controllo del peso sono la strategia vincente contro quest'epidemia che ci colpirà nei prossimi vent'anni".

L'aspetto positivo è anche un altro, ovvero che basta davvero ... [\(Continua\) leggi la 2° pagina](#)

KEYWORDS | [cuore](#), [camminare](#), [bambini](#), [Seguici su facebook](#)



Terremoto, cittadini a rischio sindrome metabolica



Il selenio non riduce il rischio di malattie cardiache



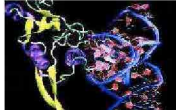
I frutti di bosco fanno bene al cuore



Le cattive abitudini di vita lasciano la firma sull'ECG



Ecco il pacemaker naturale



Pubblicità

FORUM

LEGGI

Accesso Pwd [ENTRA](#)

23 giugno **Convegno Dalla Mente al Cuore 07/06/2012 13:55:25**
 Convegni ora su www.okmedicina.it
23 Giugno 2012 Torino
Convegno:

[...]

dolori dietro al cuore 04/05/2012
 22:41:01

Dott. Sergio Lupo - Ora su www.okmedicina.it
 salve dottore, mio figlio pratica sport (calcio) a livello professionistico.
 Ha eseguito le [...]

cellule staminali e cuore 25/03/2012
 15:00:06

Chirurgia Vascolare - Risponde il Dr. Massimo Vaghi
 E' un trattamento sperimentale e come tale non ne conosciamo ancora i reali benefici. Una [...]
 Inserisci la tua domanda

CONTATTA I N.S. SPECIALISTI
PRENOTAZIONE WEB

CALCOLA IL TUO PESO IDEALE
[clicca qui](#)

Tutti i TEST di ItaliaSalute.it

Nei preliminari sessuali non bisogna tralasciare...
Che cosa?
VOTA | RISULTATI
 Tutti i SONDAGGI di ItaliaSalute.it

sempre con te

ABBONATI AI FEED **AGGIUNGI a iGoogle**