

Salute, diabete: “A rischio il 58% degli italiani”

di **Redazione**

15 Novembre 2011 - 10:54



Si è tenuta ieri la Giornata mondiale 2011 dedicata al diabete, malattia sempre più diffusa in Italia e in Liguria. Per combatterlo servono attività fisica ed una dieta bilanciata, ma ben il 58% degli italiani ad alto rischio di diabete, pur pensando che la sedentarietà peggiori la situazione, si muove meno della media della popolazione: 3 contro 5 ore alla settimana.

“Abbiamo voluto organizzare questa manifestazione- spiega Gerardo Corigliano, presidente dell’Associazione nazionale atleti diabetici (Aniad) - per ricordare quanto l’attività fisica sia importante per prevenire il diabete o curarlo, perché migliora molti parametri biologici come glicemia, trigliceridi, colesterolo Hdl e complessivamente il rischio cardiovascolare, favorisce un ottimale stato psicologico riducendo i livelli di ansia e la depressione ed inoltre rinforza l’autostima”.

Nel corso della manifestazione sono stati presentati numerosi progetti e imprese, pensati e portati a termine da persone o atleti con diabete, e sono stati consegnati i premi ‘Changing Diabetes per lo Sport 2011’ a 8 atleti con diabete, che si sono particolarmente distinti per meriti sportivi e sociali.

