

PREFAZIONE

Sono particolarmente lieto di introdurre questo volume, frutto della collaborazione fra i Gruppi di Lavoro “Alimenti e Nutrizione” e “Scienze Motorie per la Salute”, con il quale SItI si rivolge al pubblico e agli operatori dei servizi sanitari per sottolineare l'importanza di interventi preventivi per ridurre la prevalenza e le complicanze dell'osteoporosi, un problema in crescita nel nostro Paese anche per il progressivo invecchiamento della popolazione. Ne consegue la necessità di intervenire nelle diverse fasi della vita, sin dalla gravidanza, promuovendo sani stili di vita e in particolare un'alimentazione salutare, che garantisca il necessario apporto di nutrienti e la dose giusta di attività fisica nell'ambito di uno stile di vita attivo.

Antonio Ferro

Presidente nazionale SItI