

## Ossa più sane con lo sport

Era un problema tutto al femminile. E, invece, i numeri cominciano a disegnare una situazione molto diversa e molto nuova: l'osteoporosi colpisce anche gli uomini. Con percentuali che crescono di anno in anno. Così, quelle indicazioni che prima si davano alle donne all'arrivo della menopausa oggi si rivolgono anche agli uomini che si avvicinano alla senilità. Stiamo parlando di una condizione per cui lo scheletro diventa più soggetto a fratture in seguito alla diminuzione di massa e alle modificazioni della microarchitettura delle ossa. Le ossa più facilmente interessate dalla diminuzione del tono calcico sono le vertebre dorso-lombari, il femore e il polso. Nel nostro Paese ne soffrono circa cinque milioni di persone, per due terzi donne. Ma si tratta di una cifra sottostimata secondo gli esperti. E, infatti, l'osteoporosi, già molto diffusa, è destinata inevitabilmente a crescere nei prossimi anni con il progressivo aumento dell'età media della popolazione. Un numero: si stima che nel 2025 saranno oltre quattro milioni in tutto il mondo le fratture del femore cau

...

Consultazione dell'intero articolo riservata agli abbonati

01/05/2010