

Medicina Estetica ed Attività Fisica: Review e prospettive per migliorare aspetto e stato di salute

La Letteratura Internazionale conferma quanto sia indispensabile dedicare una quota del proprio tempo all'attività fisica, intesa come attività motoria non agonistica, per poter mantenere o recuperare uno stato di salute ideale, migliorare le risposte ormonali, ottenere un invecchiamento di successo. In questo lavoro gli autori, partendo da una revisione critica dei dati riportati dai testi dedicati e dei lavori più recenti della letteratura, proporranno degli elementi di ricerca per caratterizzare l'Attività Fisica nei suoi rapporti con la Medicina Estetica intesa come una Medicina caratterizzata dalle attività, soprattutto preventive, per un Benessere Globale.

Alberti Giovanni MD, Brunamonti Ilaria MD, Decinti Marzia MD, Dorato Dario MD, Fabrizio Antonio MD, Giorgio Chiara MD, Perletto Fausto MD, Simona Laura MD, Strollo Felice MD Prof., Troili Fiammetta MD, Zappalà Laura MD

Aesthetic Medicine and Exercise: Review and prospects to improve appearance and health status

International literature confirms how essential it is to devote some of our spare time to physical exercise, i.e. simple, non-competitive sport, in order to preserve or retrieve an ideal health status, improve hormonal responses or achieving in ageing successfully. In this work, the authors, starting from a critical review of those data, which are reported in specific texts and in the most recent works of literature, will propose research elements to mark out the relation between physical exercise and aesthetic medicine, which is to be intended as a type of medicine characterised by activities, mostly precautionary, aimed at a global wellbeing.

Alberti Giovanni MD, Brunamonti Ilaria MD, Decinti Marzia MD, Dorato Dario MD, Fabrizio Antonio MD, Giorgio Chiara MD, Perletto Fausto MD, Simona Laura MD, Strollo Felice MD Prof., Troili Fiammetta MD, Zappalà Laura MD

Bibliography:

- 1) Endocrinologia e Attività Motorie : Lenzi A.; Lombardi G.; Martino E.; Trimarchi F. - Elsevier Masson - Dic 2018
- 2) Attività Motoria, Benessere e Salute: Pizzi A.; Incardona P.; Nifosì M.A. - Pisa University Press - Mar 2017
- 3) Fisiologia e Clinica dell'Attività Motoria: Ridola C.G.; Foti C ; Francavilla G. - Nuova Ipsa Editore - Set 2014
- 4) Attività Fisica Adattata - Strategie di contrasto alla cronicità: Panella L. - Ediermes s.rl. - 2011
- 5) "Benessere Fisico e qualità della cute": Alberti G.; Francavilla V.C.; Francavilla G.; Peritunno R.; Quattrocchi A. - La Medicina Estetica a34 n3 I-s 2010; pag 459-463
- 6) Utilizzo di Fitness ed Integratori in un progetto di Invecchiamento Generale: Tesi di diploma Scuola Inte. Med. Est. FBF - Roma AA 2001-2002 Ferrarello G. - Relatore Bartoletti C.A.; Correlatore Alberti G.
- 7) Efficienza Fisica e Benessere - Bazzano C., Bellucci M. - EMSI - 2001
- 8) Physical Activity in the Elderly - Cadodaglio P, Narici M.V. - Mageri Foundation 1999