

Indice

Presentazione	5
Introduzione	6
Parte prima: Le sindromi geriatriche	13
01. La fragilità dell'anziano	15
02. Il muscolo: un laboratorio di energia	21
03. La malnutrizione	29
04. I farmaci: un'arma a doppio taglio	35
05. Immobilizzazione e lesioni da decubito	43
06. Le cadute nell'anziano	51
07. La demenza	56
08. Il delirium	63
Parte seconda: Le più comuni patologie dell'anziano	67
09. Le malattie respiratorie	69
10. Il diabete mellito	76
11. Le malattie cardio e cerebrovascolari	88
12. L'artrosi	100
13. La depressione	107
14. L'impotenza	115
15. Le anemie	121
16. Le malattie gastro-intestinali	128
17. L'insufficienza renale cronica	135
18. L'osteoporosi	144
19. I tumori	156
Parte Terza: Comportamenti di prevenzione	167
20. I cibi e l'alimentazione	169
21. L'attività fisica	181
22. Il sole e la vitamina D	192
23. Fumo e alcol: due killer silenziosi	197
24. Curarsi in casa	205
25. Le vaccinazioni nell'anziano	208
Conclusioni	212