

Índice

PREFÁCIO	XI
NOTA INTRODUTÓRIA	XIII
ENVELHECIMENTO	1
<i>Eduarda Barreira Ana Maria Pereira André Novo Josiana Vaz</i>	
Teorias do Envelhecimento	4
Envelhecimento Ativo	11
Doenças Associadas ao Envelhecimento	14
Envelhecimento e a Diabetes <i>Mellitus</i>	17
HÁBITOS ALIMENTARES EM IDOSOS DIABÉTICOS	21
<i>Eduarda Barreira Ana Maria Pereira</i>	
Necessidades Nutricionais	22
Perfil Nutricional	34
ATIVIDADE FÍSICA EM IDOSOS DIABÉTICOS	37
<i>Eduarda Barreira André Novo</i>	
Benefícios do Aumento da Atividade Física	41
Riscos do Aumento da Atividade Física	42
Programas de Intervenção	43
MARCADORES ANALÍTICOS DA DIABETES <i>MELLITUS</i>	45
<i>Eduarda Barreira Josiana Vaz</i>	
Relação com Hábitos Alimentares	50
Relação com a Atividade Física	52

VIII	ENVELHECER COM DIABETES – HÁBITOS ALIMENTARES, ATIVIDADE FÍSICA E MARCADORES ANALÍTICOS – O QUE NOS DIZ A CIÊNCIA?	
	O QUE NOS DIZ A CIÊNCIA? RESPOSTAS DESDE 2010 ...	55
	<i>Eduarda Barreira Ana Maria Pereira André Novo Josiana Vaz</i>	
	...Sobre a Atividade Física em Diabéticos.....	56
	...Sobre os Hábitos Nutricionais em Diabéticos	60
	COMENTÁRIOS FINAIS	83
	<i>Eduarda Barreira Ana Maria Pereira André Novo Josiana Vaz</i>	
	Referências Bibliográficas	85