

Índice de capítulos

Prólogo vii

Prefacio ix

Capítulo 1	Introducción: actividad física, <i>fitness</i> y salud	1
Capítulo 2	Individuos con cardiopatías y vasculopatías previas	9
Capítulo 3	Lípidos en sangre e hiperlipemia	33
Capítulo 4	Diabetes y resistencia/insensibilidad a la insulina	57
Capítulo 5	Presión arterial e hipertensión	81
Capítulo 6	Sobrepeso y adultos obesos	95
Capítulo 7	Coagulación, fibrinólisis y riesgo de trombosis	113
Capítulo 8	Adultos con asma Steve Bird y Kate Woolf-May	127
Capítulo 9	Enfermedad pulmonar obstructiva crónica	139
Capítulo 10	Adultos con artritis	159
Capítulo 11	Adultos con osteoporosis	173
Capítulo 12	Adultos con cáncer y supervivientes al cáncer	191
Capítulo 13	Ejercicio y ancianos Steve Bird	203
Capítulo 14	Medicaciones terapéuticas: influencias relacionadas con la actividad física y el ejercicio	219

Apéndice A Exámenes y evaluación para la prescripción de actividad física y ejercicio 237

Apéndice B Actividad física y ejercicio: intensidad, resistencia y progresión 247

Glosario de términos 249

Índice alfabético 261