Bergamo salute
PERIODICO DI CULTURA MEDICA E BENESSERE

numero 56
Anno 10
Luglio | Agosto 2020

www.bgsalute.it

EDITORIALE
7 Stringiamo i denti, ma non smettiamo di sognare

ATTUALITÀ
8 BergamoScienza diventa maggiorenne

SPECIALITÀ A-Z
12 **Dermatologia**
Fuoco di Sant'Antonio. Come riconoscerlo e cosa fare
14 **Endocrinologia**
Covid 19, da infezione virale a malattia cronica autoimmune
16 **Neurologia**
Emicrania cronica, finalmente riconosciuta come malattia sociale

PERSONAGGIO
18 **Adriano Merigo**
Le mie animazioni 3D per dare vita alle canzoni di Concato, Mina e Fossati

IN SALUTE
22 **Stili di vita**
5 motivi per schiacciare un pisolino
24 **Alimentazione**
Dieta dell'abbronzatura. Ecco cosa mangiare per una pelle sana e dorata
26 Tonno in scatola. Guida alla scelta

IN ARMONIA
28 **Psicologia**
Coronavirus e fake news: un binomio pericoloso
32 **Coppia**
Da coppia a famiglia adottiva

IN FAMIGLIA
34 **Dolce attesa**
Come contrastare il gonfiore delle gambe in gravidanza
36 **Bambini**
Bambini al sole? Con prudenza
32 Lock-down. Le conseguenze sui più piccoli

IN FORMA
40 **Fitness**
Allenamento verticale in acqua. Per allenarsi, tonificare e rilassarsi senza rischi
42 **Bellezza**
La beauty routine per la pelle mista

ATS INFORMA
50 L'altra faccia dell'emergenza Covid

RICETTA
52 Muffin salato vegan alle zucchine

RUBRICHE
54 **Altre terapie**
Il benessere che viene dal freddo
56 **Guida esami**
Test sierologici. Cosa sono e a cosa servono
58 **Animali**
Filariosi

DAL TERRITORIO
60 **News**
62 **Onlus**
Ospedali dipinti
64 **Il lato umano della medicina**
Da Almè al Nepal con un carico di vitamine
67 **Malattie rare**
Sindrome di Werner
68 **Testimonianza**
Con l'emofilia ho fatto 800 Km a piedi

STRUTTURE
70 RSA Casa Mia Verdello
72 Cooperativa In cammino

PROFESSIONI SANITARIE
74 Che cosa significa essere esperti in Wound Care

REALTÀ SALUTE
77 Ortopedia Medical Farma
79 Clinica Dentale Pianeta Sorriso
81 Farmacia San Nicolò

Allegato centrale:
Amici di Bergamo Salute

PARTECIPANTI ALLA FONDAZIONE ITALIANA PER L'EDUCAZIONE ALIMENTARE

FOOD EDUCATION ITALY