Bergamo salute
PERIODICO DI CULTURA MEDICA E BENESSERE
numero 4
anno 6 - luglio - agosto 2016

5 **Editoriale**
Buone vacanze...
da Bergamo Salute

6 **Attualità**
Basta con il gioco d'azzardo
a colazione, pranzo e cena

SPECIALITÀ A-Z
8 **Dermatologia**
I dispiaceri dell'estate:
le punture d'insetti
e di altri minuscoli
aggressori
12 **Endocrinologia**
Mare, jodio e tiroide,
che legame c'è davvero?
14 **Ginecologia**
Contraccezione
"su misura"

PERSONAGGIO
16 Charles Kablan
Un talento naturale
che non ha mai frequentato
una scuola di canto

IN SALUTE
18 **Stili di vita**
Dna o stile di vita: che cosa
conta di più nella comparsa
delle malattie?
20 **Alimentazione**
Ortoressia,
quando mangiare sano
diventa un'ossessione
22 Gamberi & C.
Una miniera di antiossidanti,
da consumare
però con moderazione

IN ARMONIA
24 **Psicologia**
Specchio, servo delle mie brame
chi è la più bella del reame?
26 **Coppia**
Si possono amare due persone
contemporaneamente?

IN FAMIGLIA
28 **Dolce attesa**
Anemia mediterranea,
cos'è e come si può
trasmettere ai figli
30 **Bambini**
Compiti delle vacanze,
istruzioni per l'uso

IN FORMA
32 **Fitness**
Voglia di sport:
i consigli e gli errori da evitare
per non rischiare
34 **Bellezza**
S.O.S. Pelle secca

RICETTA
44 Muffin ai piselli con
"caprino di anacardi"

RUBRICHE
46 **Altre terapie**
Neurofeedback dinamico
Neurottimo
48 **Guida esami**
Il gruppo sanguigno,
perché è importante conoscerlo
50 **Animali**
Come preparare
i nostri beniamini al caldo

DAL TERRITORIO
52 **News**
56 **Onlus**
ProgettAzione cooperativa
sociale onlus
e associazione Albatros
58 **Il lato umano
della medicina**
Le mie poesie?
Una terapia, per me
e per i miei pazienti
61 **Malattie rare**
Associazione A.R.M.R.
62 **Testimonianza**
È mia figlia la mia forza
per far splendere il sole...
oltre la malattia

STRUTTURE
64 ASST Papa Giovanni XXIII

GUIDA ALLE PROFESSIONI SANITARIE
67 L'ostetrica del futuro

REALTÀ SALUTE
70 Goodfood Veg
73 Ipasvi
75 Novevie
77 B-Life
79 Ottica Boselli

**Allegato centrale:
AMICI DI BERGAMO SALUTE**

PARTECIPANTI ALLA FONDAZIONE ITALIANA PER L'EDUCAZIONE ALIMENTARE

FOOD EDUCATION ITALY