

➤ **EDITORIALE**

7 **Evviva la primavera**

➤ **ATTUALITÀ**

8 **Le nostre gemelle d'oro**

11 **Conquistiamo il nostro flow quotidiano**

➤ **SPECIALITÀ A-Z**

14 **Dermatologia**

Dermatite atopica dell'adulto: tante variazioni sul tema.

18 **Diabetologia**

Buone notizie per i diabetici. È arrivata l'era dei farmaci e delle tecnologie "intelligenti"

20 **Ortopedia**

Alluce valgo. Nessun dolore né cicatrici con la chirurgia mini-invasiva

➤ **PERSONAGGIO**

22 **Remo Morzenti Pellegrini**

L'Università di Bergamo: una cinquantenne... in piena salute

➤ **IN SALUTE**

24 **Stili di vita**

Legionellosi, ecco come difendersi

28 **Alimentazione**

Avocado, 7 buone ragioni per mangiarne di più

30 **La dieta della longevità**

➤ **IN ARMONIA**

32 **Psicologia**

Uno specchio nella stanza dello psicoterapeuta: a cosa serve?

34 **Coppia**

Quando nella coppia è lei a guadagnare di più

➤ **IN FAMIGLIA**

36 **Dolce attesa**

Infezioni in gravidanza. Quali sono i rischi e come difendersi

38 **Bambini**

Non solo leggere, scrivere e contare

40 **Ragazzi**

Hikikomori. La sindrome del distacco dalla realtà

➤ **IN FORMA**

42 **Fitness**

Ecco l'allenamento giusto per cosce e glutei al top

44 **Bellezza**

Doppio mento addio... senza bisturi

➤ **LE RICETTE DELLA SALUTE**

48 **Pasta con i broccoli**

Merluzzo al cartoccio  
Finocchi gratinati

➤ **RUBRICHE**

58 **Altre terapie**

Emicrania e cefalea? Prova con la riflessologia plantare

60 **Guida esami**

Con impedenziometria e calorimetria la dieta funziona meglio

63 **Animali**

Bau! Tempo di dichiarazione dei redditi a 4 zampe

➤ **ATS INFORMA**

66 **Il cioccolato, una golosità che... non fa male**

➤ **DAL TERRITORIO**

68 **News**

70 **Festival dell'Ambiente 2018**

74 **Onlus**

Una speranza per i bambini autistici

76 **Farmacie**

Complessi fitoterapici

79 **Malattie rare**

Mioclono essenziale ereditario

80 **Testimonianza**

Dal dramma alla speranza

➤ **STRUTTURE**

82 **Habilita San Marco**

➤ **PROFESSIONI SANITARIE**

85 **OSS e ASA: prendersi cura delle persone fragili**

➤ **REALTÀ SALUTE**

89 **Clinica Dentale Pianeta Sorriso**

91 **RSA Bramante**

93 **Centro Medico MR**

95 **InsiemeAte Onlus**

97 **AnimalCenter**

Allegato centrale:

Amici di Bergamo Salute

PARTECIPANTI ALLA FONDAZIONE ITALIANA PER L'EDUCAZIONE ALIMENTARE

