

➤ **EDITORIALE**

7 E... state in salute!

➤ **SPECIALITÀ A-Z**

8 **Chirurgia**

Appendicite.
 Quando serve
 la chirurgia (e quale)

10 **Neurologia**

Mal di testa da vacanza?
 No grazie

14 **Oncologia**

Sole e melanoma.
 È possibile abbronzarsi
 senza correre rischi?

➤ **PERSONAGGIO**

18 **Andrea Locatelli**

Il mio sogno?
 Sfidare in Moto GP
 Lorenzo e Valentino Rossi

➤ **IN SALUTE**

20 **Stili di vita**

È il momento
 del digital detox

22 **Alimentazione**

La dieta antiage
 per la pelle

24 **Acqua,**

istruzioni per l'uso

26 **Melone,**

cinque motivi
 per mangiarlo

➤ **IN ARMONIA**

28 **Psicologia**

A ognuno la propria ansia

32 **Coppia**

In ferie con i figli
 del nuovo/a partner?

➤ **IN FAMIGLIA**

34 **Dolce attesa**

Cistite in gravidanza,
 come prevenirla e curarla

38 **Bambini**

La salute orale
 comincia da piccoli

40 **Vizi o bisogni:**

sfatiamo i luoghi
 comuni sui neonati

42 **Ragazzi**

Allarme alcol, il consumo
 è sempre più giovane

➤ **IN FORMA**

44 **Fitness**

Estate e sport.
 Così ti diverti
 e non ti fai male

48 **Bellezza**

I trattamenti di medicina
 estetica da fare prima
 e dopo le vacanze

➤ **ATS INFORMA**

50 **Caldo e afa,**
 consigli per la salute

➤ **RICETTA**

58 **Insalata di farro tricolore**

Frittata di cipolle
 al profumo di menta
 Finto gelato alla banana

➤ **RUBRICHE**

62 **Altre terapie**

Arteterapia per vincere
 conflitti e stress

64 **Guida esami**

Ecografia muscolotendinea

69 **Animali**

S.O.S. gastroenterite

➤ **DAL TERRITORIO**

72 **News**

76 **Onlus**

Terra d'Europa

78 L'associazione bergamasca
 stomizzati tiene a battesimo
 la medicina narrativa

80 **Legge "dopo di noi"**

una serata
 per conoscerla meglio

82 **Il lato umano**

della medicina

Dal bisturi alla scoperta
 del mondo subacqueo

84 **Malattie rare**

Malattia di Kufs

86 **Testimonianza**

Con due lauree
 ho vinto la sordità

➤ **STRUTTURE**

88 **Istituti Ospedalieri**
 Bergamaschi

➤ **PROFESSIONI SANITARIE**

91 **Ottico.**

Una professione... in vista

➤ **REALTÀ SALUTE**

95 **Top Line**

97 **Ottica Gazzera**

Allegato centrale:
 Amici di Bergamo Salute

PARTECIPANTI ALLA FONDAZIONE
 ITALIANA PER L'EDUCAZIONE
 ALIMENTARE

