

➤ EDITORIALE

- 5 Ripartire, ma con misura

➤ SPECIALITÀ A-Z

- 6 **Ortopedia**
Protesi d'anca,
inizio di una nuova vita
- 8 **Ostetricia**
Gravidanza fisiologica
in ospedale. Garantire
sicurezza senza rinunciare
alla naturalità
- 12 **Psicologia clinica**
Dislessia. L'effetto placebo
migliora le capacità di lettura

➤ PERSONAGGIO

- 18 Laura Gambirasi

➤ IN SALUTE

- 22 **Stili di vita**
Riscoprire il contatto
con la Terra per ritrovare
il benessere
- 24 **Alimentazione**
Microbiota intestinale.
Un alleato contro obesità
e malattie metaboliche
- 26 **Alimento**
Il potere segreto dei funghi

➤ IN ARMONIA

- 28 **Psicologia**
Nessun vicolo resta cieco
per le strade
della nostra mente
- 30 **Coppia**
Litigare fa bene
(se sai come farlo)

➤ IN FAMIGLIA

- 32 **Dolce attesa**
Quando l'allattamento
si complica

34 Bambini

"Cortina di ferro". Il bambino
che decide di non parlare più

36 Ragazzi

La Gen Z riscrive le regole
della vita mondana.
L'"early night trend"
supera la "party era"

38 Anziani

Nessuno è fatto per stare solo

➤ IN FORMA

- 44 **Fitness**
Quando il fitness potenzia
il benessere di corpo e mente
- 46 **Bellezza**
Skincare e social media.
Adolescenti tra tendenze virali
e rischi per la pelle

➤ RICETTA

- 48 Involtni di pasta fillo con fichi
e formaggio saporito

➤ RUBRICHE

- 51 **Animali**
Un giardino a misura di cane
- 54 **Altre terapie**
Cosa raccontano i tuoi occhi?

➤ VIAGGI DELLA SALUTE

- 56 La strada delle fiabe tra sogni,
saghe e castelli

➤ DAL TERRITORIO

- 58 **News**
- 62 **Farmacie**
Vaccinazioni in farmacia,
il valore della prossimità
- 64 **Terzo settore**
La Casa di Leo.
La forza dell'accoglienza

67 Malattie rare

Emoglobinuria parossistica
notturna

68 Il lato umano della medicina

Cinque rinascite.
La storia del dottor Accardi

70 Testimonianza

Il coraggio di Elena.
Dall'isolamento
alla rete "Autism friendly"

72 Bergamox1000

Bergamox1000
è finalmente realtà!

➤ ACI

- 74 **Sicurezza sulla strada**
Targhino sui monopattini
e "alcolock" in arrivo

➤ PROFESSIONI SANITARIE

- 76 Professioni sanitarie.
33 nuovi corsi di laurea
per il 2025/26

➤ REALTÀ SALUTE

- 79 Ordine dei Fisioterapisti
di Bergamo
- 81 20ft Bergamo

Allegato centrale:
Amici di Bergamo Salute

PARTECIPANTI ALLA FONDAZIONE
ITALIANA PER L'EDUCAZIONE
ALIMENTARE

