

➤ EDITORIALE

- 5 Primavera, tempo di rinascita
(anche per la salute)

➤ SPECIALITÀ A-Z

- 6 **Cardiologia**
Amilodiosi cardiaca.
(Ri)conoscera per curarla
- 10 **Fisioterapia**
La nemesi dei calciatori.
Il legamento crociato
anteriore
- 14 **Terapia del dolore**
Terapia del dolore.
Un approccio moderno
alla sofferenza

➤ PERSONAGGIO

- 18 **Silvia Lucchini**
Yoga come respiro di vita.
La storia di Silvia
tra benessere e resilienza

➤ IN SALUTE

- 22 **Stili di vita**
Vivere la menopausa
- 24 **Alimentazione**
Obesità. Non è solo
una questione di peso
- 26 **Alimento**
Spinaci. Un concentrato
di salute nel piatto

➤ IN ARMONIA

- 30 **Psicologia**
Il burnout invisibile
del caregiver

➤ IN FAMIGLIA

- 32 **Dolce attesa**
Apotychiaphobia.
La paura di abortire
spontaneamente

34 Bambini

Il senso di colpa genitoriale.
Quando sentirsi inadeguati
diventa la norma

36 Ragazzi

Chatbot e adolescenti.
Quando l'AI entra
nella quotidianità digitale

➤ IN FORMA

- 38 **Fitness**
Perché ci si innamora
della corsa, soprattutto
in età adulta

➤ RICETTA

- 44 Tortino di erbe e coste
con formaggio fresco

➤ RUBRICHE

- 47 **Animali**
Stiamo viziando i nostri cani?
- 50 **Altre terapie**
Omotossicologia.
Quando la cura considera
l'organismo nel suo insieme

➤ ENOGASTRONOMIA

- 54 Al Convento dei Neveri si cena
nelle celle dei monaci

➤ VIAGGI DELLA SALUTE

- 56 Hotel sugli alberi,
benessere naturale

➤ DAL TERRITORIO

- 58 **Farmacie**
Carenze e indisponibilità
dei farmaci. Perché mancano
e cosa si può fare
- 60 **Terzo settore**
ALT Ente Filantropico.
Prevenire la trombosi
con Scienza e Buonsenso

63 Malattie rare

Malattia di Aeles

64 Il lato umano della medicina

"A cuore aperto". I primi
80 anni di Massimo Villani

66 Testimonianza

La lotta invisibile
dei disturbi alimentari

68 BergamoX1000

La solidarietà fa il pieno.
Charity dinner sold out
e 1.018 visite già raccolte

➤ ACI

- 70 E adesso, dopo il colpo
di freno del TAR sui 30 km/h
di Bologna?

➤ PROFESSIONI SANITARIE

- 72 I medici veterinari.
La prima linea invisibile

➤ STRUTTURE

- 74 Casa di cura palazzolo
- 76 Il Maestrale - Centro
polifunzionale

➤ REALTÀ SALUTE

- 79 Stocchi Assicurazioni
- 81 Figurella Bergamo

Allegato centrale:
Amici di Bergamo Salute

PARTECIPANTI ALLA FONDAZIONE
ITALIANA PER L'EDUCAZIONE
ALIMENTARE

