

- 5 **Editoriale**
Da sempre affini...
da oggi insieme
- 6 **Attualità**
Nuovi LEA:
più dignità a oltre
100 malattie rare
e croniche
- **SPECIALITÀ A-Z**
- 8 **Cardiologia**
Aiuto!
Ho il cuore in gola
- 10 **Chirurgia vascolare**
Inverno: il momento
giusto per prendersi
cura delle gambe
- 12 **Gastroenterologia**
Inibitori di pompa protonica,
attenzione a non abusarne
- **PERSONAGGIO**
- 14 Sofia Goggia
Mi spezzo ma non mollo
- **IN SALUTE**
- 16 **Stili di vita**
S.O.S. insonnia
- 18 **Alimentazione**
Limone,
un concentrato di virtù
- 20 **Dieta del gruppo sanguigno,**
funziona davvero?
- **IN ARMONIA**
- 22 **Psicologia**
È un'ingiustizia, però!
Sindrome di Calimero:
il vittimismo patologico
- 24 **Coppia**
Generazione Sneet,
i nuovi single
che non cercano l'amore
- **IN FAMIGLIA**
- 26 **Dolce attesa**
Prurito in gravidanza
- 28 **Bambini**
Meningite,
la miglior prevenzione
è il vaccino
- **IN FORMA**
- 30 **Fitness**
Pattinaggio su ghiaccio
per un corpo e una mente
"in linea"
- 32 **Bellezza**
Fatti bella con le api!
- **RICETTA**
- 34 Torta di farina di castagne,
cioccolato e mele
- **RUBRICHE**
- 44 **Altre terapie**
Muscoli più elastici,
meno dolore e anche
meno cellulite con il foam roller
- 46 **Guida esami**
Come respiri?
Te lo dice la spirometria
- 48 **Animali**
Displasia del ginocchio
nel cane
- **DAL TERRITORIO**
- 50 **News**
- 53 **Malattie rare**
Associazione A.R.M.R.
- 54 **Onlus**
LAV compie 40 anni
- 56 **Testimonianza**
La mia sfida alle rocce
sulla sedia a rotelle
- 58 **Il lato umano
della medicina**
Così porto
la mia arte in strada
- **STRUTTURE**
- 60 **Habilita**
- 62 **Istituto Clinico Quarenghi**
- **REALTÀ SALUTE**
- 65 **Ortopedia Medica**
- 67 **We & Pets**
- 69 **Istituto Medico
Polispecialistico**
- 71 **Goodfood Veg**

**Allegato centrale:
AMICI DI BERGAMO SALUTE**

PARTECIPANTI ALLA FONDAZIONE
 ITALIANA PER L'EDUCAZIONE
 ALIMENTARE

