



Igea con Eros
São Paulo Museum of Art, CC BY-SA 4.0
<<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>>,
via Wikimedia Commons

Alla scoperta della biblioteca:

Esculapio
Museum of Epidaurus Theatre,
original file by Michael F. Mehnert, CC BY-SA 3.0
<<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/3.0/>>,
via Wikimedia Commons

Il centro di interesse *Salute*

Un anno alla scoperta della biblioteca: nel Global Player, situato nella Piazza interna di Palazzo Franscini, saranno presentati ogni mese i diversi settori della biblioteca.

Ottobre è dedicato al settore « **Salute** »

Bibliografia

Ottobre 2025

**biblioteca cantonale
viale s. franscini 30a
ch – 6501 bellinzona
biblioteca cantonale
bellinzona**

Sommario

1. Salute e spiritualità	2
2. Salute e psicologia	4
2.1 Stile di vita.....	4
2.2 Personalità	7
2.3 Comunicazione non verbale.....	7
2.4 Stress.....	8
2.5 Emozioni	9
2.6 Alimentazione e psicologia.....	12
2.7 Benessere interiore	13
2.8 Ipnosi	14
2.9 Disturbi mentali	14
3. Medicina e fisiologia	17
3.1. Processi biologici: bioritmo, microbi e ormoni	17
3.2. Medicina.....	18
3.3. Corpo umano	18
3.4. Mente e cervello.....	19
3.5. Dieta, salute e longevità.....	20
3.6. Sonno e riposo	22
3.7. Salute pubblica, medici e malati.....	23
4. Farmacologia e tossicologia	25
4.1. Medicinali e sostanze di origine naturale	25
4.2. Terapie alternative	26
4.3. Veleni	29
5. Malattie	30
5.1. Malattie varie.....	30
5.2. Tumori.....	31
5.3. Malattie contagiose	32

1. Salute e spiritualità

Il libro dei chakra : il sistema dei chakra e la psicologia / Anodea Judith ; traduzione di Francesca Diano. - Vicenza : Neri Pozza, 2024. - 573 pagine

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 133.2 JUDI

La casa che guarisce : guida pratica stanza per stanza alle vibrazioni positive : manifesta la vita dei tuoi sogni in una casa sana e felice / Amy Leigh Mercree. - Vicenza : Il Punto d'Incontro, 2023. - 200 pagine
Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 133:72 MERC

Il corpo sottile : manuale pratico : guida completa alla guarigione energetica / Cyndi Dale. - Cesena : Macro Edizioni, 2021. - 321 p.
Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 133.5 DALE

Il cervello fonologico / Mirko Grimaldi. - Roma : Carocci, 2019. - 143 p.
Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 612.8 GRIM
Lugano, Biblioteca cantonale, Magazzini. Segnatura: LGC MA 13397

L'arte zen del vivere semplice : 100 gesti quotidiani per una vita calma e felice / Shunmyo Masuno ; trad. di Teresa Albanese. - Milano : Mondadori, 2019. - 217 p.
Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 133.5 Zen MASU

Feng shui : fare della propria casa un luogo di armonia e salute / Günther Sator. - Cornaredo : red!, 2019. - 126 p.
Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 133:72 SATOR
Locarno, Biblioteca cantonale, Libero accesso. Segnatura: BCL 72
Mendrisio, Biblioteca cantonale, Primo piano. Segnatura: BCM 133 SATO

Il dono invisibile / Riccardo Tagliabue con Giuseppe Gazzola ; pref. di Momcilo Jankovic. - [Milano] : Sperling & Kupfer, 2019. - 181 p.
Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 133.5 reiki TAGL

Tecniche di cristalloterapia : un viaggio nella coscienza olistica / Angelo Balladori. - Milano : Edizioni Enea, 2016. - 294 p.
Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 133.5 cristalli BALL

Guida completa al Tai chi : una guida passo dopo passo alla realizzazione fisica e all'equilibrio psicofisico / Mark Green. - Milano : De Vecchi, 2014. - 224 p.
Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 133.5 T'ai chi GREEN

Reinventare il corpo, risvegliare l'anima : 10 passi per cambiare la tua vita / Deepak Chopra ; [trad. di Gianpaolo Fiorentini]. - Cesena : Macro Edizioni, 2011. - 326 p.
Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 133.5 New Age CHOP

Le ore del benessere : la cronobiologia / Nunzia Monanni. - Milano : Xenia, [2011]. - 155 p.
Bellinzona, Biblioteca cantonale, Magazzino. Segnatura: BZA 67210

Diagnosi e terapia attraverso le corrispondenze tra zone cutanee e fiori di Bach / Dietmar Krämer, Helmut Wild ; trad. dal tedesco di Giuseppina Strippoli. - Roma : Ed. Mediterranee, 2008. - 298 p.
Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 133.5 fiori di Bach KRÄM 2

Ortho-Bionomy® : l'arte semplice dell'armonia psicofisica / Gino Fioravanti. - Roma : Mediterranee, 2004. - 178 p.
Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 133.5 Ortho-Bionomy FIOR

Salute e benessere con gli oli essenziali / Alessandro Camporese. - Milano : Tecniche nuove, 2003. - XII, 126 p., [8] p. di tav.
Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 133.5 aromi CAMP

Pranoterapia : curare con l'imposizione delle mani / Mario Papadia. - Roma : Ed. Mediterranee, 2002. - 193 p.
Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 133.5 pranoterapia PAPA

Fragranze : psicologia e biologia del profumo / [a cura di] George H. Dodd, Steve Van Toller ; [ed. italiana a cura di Pinni Galante]. - Roma : Aporie, 1997. - 298 p.
Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 133.5 aromi DODD

Le 22 leggi del benessere / Greg Anderson ; [trad. di Anna Carbone]. - Milano : Armenia, cop. 1996. - 222 p.
Bellinzona, Biblioteca cantonale, Magazzino. Segnatura: BZA 67234

2. Salute e psicologia

50 grandi idee di psicologia / Adrian Furnham. - Bari : Dedalo, 2010. - 207 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 159.9 FURN

Locarno, Biblioteca cantonale, Magazzini. Segnatura: BRLA 44220

2.1 Stile di vita

Il metodo Ikigai : i segreti della filosofia giapponese per una vita lunga e felice / Héctor García, Francesc Miralles. - Milano : BUR Rizzoli, 2024. - 228 pagine

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 159.9 GARC

Il piccolo libro dell'Ikigai : la via giapponese alla felicità / Ken Mogi ; traduzione di Anna Rusconi. - Torino : Einaudi, 2024. - 127 pagine

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 159.9 MOGI

Dimentica : lasciar andare per spiccare il volo / Raffaele Morelli. - Milano : Mondadori, 2024. - 141 pagine

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 159.9 MORE

Non sarò la tua copia : liberarsi dai pesi dell'infanzia per costruire la vita che desideriamo / Daniele Novara. - Milano : BUR Rizzoli, 2024. - 218 pagine

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 159.9 NOVA

Chiasso, Biblioteca comunale, Libero accesso. Segnatura: CHB 15*9 NOVA

Locarno, Biblioteca cantonale, Libero accesso. Segnatura: BCL 159.9

Assertivamente : strategie di comunicazione interpersonale / Giusy La Piana. - Roma : Ultra, 2023. - 126 pagine

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 159.9 LAP

L'arte di comunicare : nutri le tue relazioni con amore e rispetto / Thich Nhat Hanh. - Cesena : Macro, 2023. - 154 pagine

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 159.9 HANH

L'arte nordica della vita all'aperto : manuale di friluftsliv : ritrova benessere ed equilibrio a contatto con la natura / Linda Åkeson McGurk. - Vicenza : Il Punto d'Incontro, [2023]. - 253 pagine

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 159.9:796.5 MCGU

Non voglio più piacere a tutti / Maria Beatrice Alonzi. - Milano : Vallardi, 2022. - 200 pagine

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 159.9 ALON

Ho capito chi sei : come imparare ad analizzare le persone e stare alla larga dai manipolatori / Pascale Chapaux-Morelli ; traduzione di Barbara Ponti. - Milano : Corbaccio, [2022]. - 217 pagine

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 159.9 CHAP

La gioia di essere egoisti / Michelle Elman ; trad. di Ilaria Katerinov. - Milano : Sperling & Kupfer, 2022. - 259 p.
Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 159.9 ELMAN
Locarno, Biblioteca cantonale, Libero accesso. Segnatura: BCL 159.9

La donna felice : manuale di autoterapia femminile / Raffaella Morelli. - Milano : Mondadori, 2022. - 138 pagine
Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 159.9 MORE

Cinque inviti : come la morte può insegnarci a vivere pienamente / Frank Ostaseski ; traduzione di Claudio Lamparelli. - Milano : Mondadori, [2022]. - 305 pagine
Bellinzona, Biblioteca cantonale, Studio. Segnatura: BCB sa 159.9 OSTA

Terapia del lutto : la cura delle perdite significative / Edoardo Giusti, Anna Milone. - Roma : Armando, 2021. - 125 p.
Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 159.9 GIUS

Piccole abitudini per grandi cambiamenti : trasforma la tua vita un piccolo passo per volta / James Clear. - Milano : De Agostini, [2020]. - 332 pagine
Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 159.9 CLEAR

Scusa : il magico potere di ammettere i propri sbagli / Harriet Lerner ; trad. di Virginio B. Sala. - Milano : Feltrinelli, 2020. - 141 p.
Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 159.9 LERN

Segui il tuo destino : come riconoscere se sei sulla strada giusta / Raffaele Morelli. - Milano : Mondadori, 2020. - 151 p.
Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 159.9 MORE

Riconoscere i manipolatori : difendersi da trappole, trucchi e inganni / Gloria Husmann, Graciela Chiale ; trad. di Marina Martinotti. - Milano : Biglia Blu, 2016. - 154 p.
Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 159.9 HUSM

Decluttering : spaceclearing fra le stanze della nostra vita : ordine in casa, spazio nel cuore / Lucia Larese. - Roma : Mediterranee, 2015. - 167 p.
Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 133.72 LARE

Più forti delle avversità : individui e organizzazioni resilienti / Anna Oliverio Ferraris, Alberto Oliverio. - Torino : Bollati Boringhieri, 2014. - 154 p.
Bellinzona, Biblioteca cantonale, Magazzino. Segnatura: BZA 68713
Locarno, Biblioteca cantonale, Magazzini. Segnatura: BRLA 54934

Fastidio : cosa ci irrita e perché / Joe Palca e Flora Lichtman. - Bari : Dedalo, 2014. - 240 p.
Bellinzona, Biblioteca cantonale, Magazzino. Segnatura: BZA 65323
Locarno, Biblioteca cantonale, Magazzini. Segnatura: BRLA 57273

La storia del piccolo pinguino che si adattava troppo / Denis Doucet. - Milano : Vallardi, 2013. - 153 p.
Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 159.9 DOUC

La dittatura delle abitudini / Charles Duhigg ; trad. di Marco Sartori. - Milano : Corbaccio, 2012. - 432 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 159.9 DUHI

Lugano, Biblioteca cantonale, Libero accesso. Segnatura: LG 152.3 DUHI 1

Mendrisio, Biblioteca cantonale, Primo piano. Segnatura: BCM 152 DUHI

Nessuno è perfetto : [strategie per superare il perfezionismo] / Martin M. Antony & Richard P. Swinson ; ed. ital. a cura di N. Marsigli e G. Melli. - Firenze : Eclipsi, 2008. - 272 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 159.9 ANTO

Saper dire no / Marie Haddou ; con la collab. di Dawn Michelle Baude. - Milano : Fabbri, 2007. - 223 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Magazzino. Segnatura: BZA 65277

Locarno, Biblioteca cantonale, Magazzini. Segnatura: BRLA 36556

La parola guarisce la parola ferisce : liberarsi dai pettegolezzi e potenziare la parola positiva / Lori Palatnik e Bob Burg ; trad. di Simonetta Bertoncini ; copertina di Amritagraphic. - Torino : Amrita, 2005. - XV, 94 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Magazzino. Segnatura: BZA 42005

La sindrome dell'uomo mascherato : come sfatare il mito dell'uomo forte e insensibile / Michele Novellino. - Milano : Franco Angeli, 2003. - 143 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Magazzino. Segnatura: BZA 50292

Autostima : le regole pratiche / Raffaele Morelli. - Milano : Riza, 2002. - 188 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 159.9 MORE

Rimandare, rinviare, procrastinare : sempre lo stesso vizio / Windy Dryden. - Roma : Editori Riuniti, 2001. - 117 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Magazzino. Segnatura: BZA 50290

2.2 Personalità

Cambia l'abitudine di essere te stesso : la fisica quantistica nella vita quotidiana / Dr. Joe Dispenza. - Coriano di Rimini : My Life, 2024. - 365 pagine

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 159.94 DISP

Mendrisio, Biblioteca cantonale, Primo piano. Segnatura: BCM 158 DISP

Fuga dallo specchio : guida pratica per piacerti e amare il tuo corpo / Emanuel Mian. - Milano : Feltrinelli, 2023. - 185 pagine

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 159.923.2 MIAN

La scienza della personalità : come cambiare quello che non ci piace di noi / Gary Small, Gigi Vorgan ; trad. e cura di Paolo Poli. - Milano : Feltrinelli, 2020. - 171 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 159.923.2 SMAL

Locarno, Biblioteca cantonale, Libero accesso. Segnatura: BCL 159.9

In ordine di nascita : primogenito, ultimogenito o figlio unico? : l'ordine in cui sei nato influenza il carattere e la personalità / Linda Blair. - Vicenza : Il punto d'incontro, 2015. - 207 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Magazzino. Segnatura: BZA 65272

E tu che uomo sei? : viaggio attraverso gli archetipi della psicologia maschile / Monica Morganti. - Milano : F. Angeli, 2012. - 134 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Magazzino. Segnatura: BZA 62640

Perché non riesco a essere come vorrei / Joan Rubin-Deutsch. - Milano : Red, 2005. - 141 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 159.923.2 RUBI

La dimensione intersoggettiva della personalità / Emanuele Russo. - Milano : Franco Angeli, 2005. - 156 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 159.923.2 RUSSO

2.3 Comunicazione non verbale

Il linguaggio segreto del corpo : la comunicazione non verbale / Anna Guglielmi. - Milano : Piemme, 2023. - 253 pagine

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 159.925.8 GUGL

Manuale di grafologia : guida completa all'interpretazione della scrittura / Paolo Bruni. - Milano : Vallardi, 2018. - 301 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Magazzino. Segnatura: BZA 65331

Lo scarabocchio : il tratto d'unione fra noi e il nostro incoscio / Marisa Paschero ; copertina: Francesca Fassi. - Torino : Amrita, 2018. - 220 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 159.925.6 PASC

I segreti dell'intelligenza corporea / Marco Pacori. - [Milano] : Sperling & Kupfer, 2013. - 239 p.
Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 159.925.8 PACO

Il linguaggio del corpo : guida all'interpretazione del linguaggio non verbale / James Borg ; traduzione di Simonetta Bertoncini. - Milano : Tecniche nuove, [2012]. - XXI, 249 pagine
Bellinzona, Biblioteca cantonale, Magazzino. Segnatura: BZA 68714

Dictionnaire des gestes : attitudes et mouvements expressifs en usage dans le monde entier / François Caradec ; dessins de Philippe Cousin. - [Paris] : Fayard, 2005. - 306 p.
Bellinzona, Biblioteca cantonale, Magazzino. Segnatura: BZA 65251

2.4 Stress

Lo zen per samurai metropolitani : manuale di sopravvivenza contro stress, ansia e paure / Antonio Antefermo. - Firenze : Giunti, 2023. - 218 pagine
Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 159.94 ANTE

Quando meno diventa più : la storia culturale e le buone pratiche della sottrazione / Paolo Legrenzi. - Milano : R. Cortina, 2022. - 255 pagine
Bellinzona, Biblioteca cantonale, Magazzino. Segnatura: BZA 68692
Lugano, Biblioteca cantonale, Libero accesso. Segnatura: LG 155.2 LEGR 1
Mendrisio, Biblioteca cantonale, Primo piano. Segnatura: BCM 153 LEGR

Il potere del riposo : ottenere di più lavorando di meno / Marcella Danon. - Milano : Feltrinelli, 2018. - 123 p.
Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 159.94 DANON

Il potere delle pause : perché è importante spegnere l'interruttore : metodi concreti per avere momenti di rallentamento nel mondo frenetico e iperconnesso / Angela Lockwood. - Milano : Tecniche nuove, 2018. - 171 p.
Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 159.94 LOCK

La scienza del respiro : [da uno scienziato e campione di apnea la ricetta per dire addio allo stress, migliorare la salute e vivere appieno] / Mike Maric ; pref. di Marco Bianchi. - Milano : Vallardi, 2017. - 221 p.
Bellinzona, Biblioteca cantonale, Magazzino. Segnatura: BZA 65282
Locarno, Biblioteca cantonale, Libero accesso. Segnatura: BCL 61

Gestire lo stress for dummies / di Allen Elkin. - Milano : U. Hoepli, 2014. - 395 p.
Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 159.94 ELKIN
Locarno, Biblioteca cantonale, Magazzini. Segnatura: BRLA 55583

Perché alle zebre non viene l'ulcera? : la più istruttiva e divertente guida allo stress e alle malattie che produce / Robert M. Sapolsky ; trad. a cura di Elena Riva. - Milano : Orme editori, 2007. - 656 p.
Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 159.94 SAPO

2.5 Emozioni

Scegli la vita che vuoi : l'arte e la scienza di essere più felici / Arthur C. Brooks e Oprah Winfrey ; traduzione di Teresa Albanese. - Sansepolcro : Aboca, [2025]. - 260 pagine

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 159.942 BROO

Chiasso, Biblioteca comunale, Libero accesso. Segnatura: CHB 171 BROO

Spezza il cerchio : liberati dai meccanismi tossici che hai ereditato e prendi in mano la tua vita / Mariel Buqué. - Segrate : DeAgostini, 2024. - 349 pagine

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 159.942 BUQUE

Dentro di me c'è un posto bellissimo : imparare a volersi bene affinché l'amore accada / Ameya Gabriella Canovi. - Milano : Vallardi, 2024. - 285 pagine

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 159.942 CANO

Perché ridiamo : alle origini del cervello sociale / Fausto Caruana, Elisabetta Palagi. - Bologna : il Mulino, [2024]. - 183 pagine

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 159.942 CARU

Mendrisio, Biblioteca cantonale, Primo piano. Segnatura: BCM 152 CARU

Felicità : 10 voci per capire che cos'è, se esiste e come trovarla / Tillmann Prüfer [e 10 altri] ; introduzione di Daria Bignardi. - Milano : BUR Rizzoli : Internazionale, 2024. - 211 pagine

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 159.942 FELI

Il diritto di annoiarsi : darsi il tempo per pensare / Anna Silvia Bombi, Daniele Malaguti. - Bologna : Il Mulino, [2023]. - 169 pagine

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 159.942 BOMBI

Lugano, Biblioteca cantonale, Libero accesso. Segnatura: LG 152.4 BOMB 1

Mendrisio, Biblioteca cantonale, Primo piano. Segnatura: BCM 152 Noia

A mio agio nel disagio : gestire la vergogna per conquistare sicurezza, audacia e autostima / A.J. Bond ; traduzione di Manuela Faimali. - Firenze : Giunti, 2023. - 318 pagine

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 159.942 BOND

Come trattare gli altri e farseli amici : aggiornato per la prossima generazione di leader / Dale Carnegie ; traduzione di Stefano Chiapello. - Milano : Bompiani, 2023. - 292 pagine

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 159.942 CARN

La via del nagomi : per vivere in pace e armonia / Ken Mogi ; traduzione di Anna Rusconi. - Torino : Einaudi, [2023]. - VII, 141 pagine

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 159.942 MOGI

Mendrisio, Biblioteca cantonale, Primo piano. Segnatura: BCM 158 MOGI

Fare la pace : l'importanza delle parole nella riconciliazione / Vittorino Andreoli. - Milano : Solferino, 2020. - 171 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 159.942 ANDR

Uscire dalla solitudine : dietro le nuvole, l'amicizia e l'amore / Olga Chiaia. - Milano : Feltrinelli, 2019. - 160 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 159.942 CHIA

Lezioni di fiducia per diffidenti : quando il controllo è il problema e non la soluzione / Olga Chiaia. - Milano : Feltrinelli, 2019. - 170 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Magazzino. Segnatura: BZA 65245

Passione / Paolo Crepet. - Milano : Mondadori, 2019. - 218 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 159.942 CREP

Che figura! : la scienza del perché ci sentiamo ridicoli, imbarazzati e profondamente umani / Melissa Dahl ; trad. di Virginio B. Sala. - Milano : Feltrinelli, 2019. - 265 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Magazzino. Segnatura: BZA 65066

Locarno, Biblioteca cantonale, Libero accesso. Segnatura: BCL 159.9

Lugano, Biblioteca cantonale, Libero accesso. Segnatura: LG 152.4 DAHL 1

La scienza degli abbracci : alla scoperta del nostro cervello socio-emotivo / Francesco Bruno, Sonia Canterini ; pres. di Donatella Marazziti. - Milano : FrancoAngeli, 2018. - 161 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 159.942 BRUNO

Come funzionano le emozioni : da Darwin alle neuroscienze / Fausto Caruana, Marco Viola. - Bologna : Il Mulino, 2018. - 215 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 159.942 CARU

Locarno, Biblioteca cantonale, Libero accesso. Segnatura: BCL 159.9

Lugano, Biblioteca cantonale, Libero accesso. Segnatura: LG 152.4 CARU 1

Il cervello in amore : le donne e gli uomini ai tempi delle neuroscienze / Grazia Attili. - Bologna : Il Mulino, 2017. - 230 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 159.942 ATTI

Lugano, Biblioteca cantonale, Libero accesso. Segnatura: LG 152.4 ATTI 2

Se non mi amo, non ti amo : rompere il circolo vizioso della dipendenza affettiva (e non solo) / Roberto Cavaliere. - Milano : Franco Angeli, 2017. - 186 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 159.942 CAVA

Le emozioni sono intelligenti : esercizi per allenare il cuore e la mente / Gianfranco Damico. - Milano : Feltrinelli, 2016. - 281 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 159.942 DAMI

Single con gioia : ovvero l'arte di star bene con se stessi / Maria Elettra Cugini. - Milano : Franco Angeli, 2014. - 174 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 159.942 CUGI

Serenità : piccoli suggerimenti per raggiungere l'equilibrio interiore / Christophe André ; trad. di Lucia Corradini Caspani. - Milano : Corbaccio, 2013. - 134 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 159.942 ANDRÉ

Impara a essere felice / Paolo Crepet. - Torino : Einaudi, 2013. - 146 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 159.942 CREP

La vita emotiva del cervello : come le strutture cerebrali influiscono sul nostro modo di pensare, percepire e vivere e come possiamo modificarle / Richard J. Davidson ; con Sharon Begley ; trad. di Carlo Capararo e Monica Bottini. - Milano : Ponte alle Grazie, 2013. - 381 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 159.9 DAVI

La gelosia : [impulso naturale o passione inconfessabile?] / Sergio Benvenuto. - Bologna : il Mulino, 2011. - 135 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Magazzino. Segnatura: BZA 50298

Locarno, Biblioteca cantonale, Magazzini. Segnatura: BRLA 46319

Lugano, Biblioteca cantonale, Libero accesso. Segnatura: LG 152.4 BENV 1

Mendrisio, Biblioteca cantonale, Primo piano. Segnatura: BCM 03 FARS 186

Le 5 ferite e come guarirle / Lise Bourbeau ; trad. di Daniela Muggia ; copertina di Amritagraphics. - Torino : Amrita, 2010. - 132 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 159.942 BOUR

L'interiorità maschile : le solitudini degli uomini / Duccio Demetrio. - Milano : Raffaello Cortina, 2010. - 279 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 159.942 DEME

Biblioterapia : la lettura come benessere / a cura di Barbara Rossi. - Molfetta : La meridiana, 2009. - 120 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Magazzino. Segnatura: BZA 50268

Come vincere l'ansia sociale : superare le difficoltà di relazione con gli altri e il senso di insicurezza /

Signe A. Dayhoff ; presentazione e cura di Gabriele Lo Iacono. - Gardolo (TN) : Erickson, 2008. - 368 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 159.942 DAYH

Mendrisio, Org.sociopsichiatrica cant., Bibl. OSC / Libero accesso. Segnatura: OSC PC 01a DAYH

La forza delle emozioni : amore, collera, gioia, paura, invidia... / Christophe André, François Lelord. - Milano : TEA, 2007. - 353 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 159.942 ANDRÉ

Se mi lasci fa male : piccolo manuale di sopravvivenza per uscire alla grande da un amore difficile /

Stefania Bertola. - Milano : Salani, 2007. - 149 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Magazzino. Segnatura: BZA 50299

Trasformare la rabbia / Dottor Les Carter ; trad. di Alice Basso. - Giaveno : Amrita, 2007. - 255 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 159.942 CART

Che cos'è l'empatia / Paolo Albiero, Giada Matricardi. - Roma : Carocci, 2006. - 128 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 159.942 ALBI

Mendrisio, Biblioteca cantonale, Primo piano. Segnatura: BCM 152 ALBI

Ti amerò per sempre : la scienza dell'amore / Piero Angela. - Milano : Mondadori, 2006 ; Roma : Rai Eri. - 197 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 159.942 ANGE

Mendrisio, Org.sociopsichiatrica cant., Bibl. OSC / Libero accesso. Segnatura: OSC PA 05 ANGE

L'arte di non lamentarsi mai : per divertirsi nel lavoro, in amore, nella vita / Luciano Ballabio. - Milano : Angeli, 2006. - 118 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Magazzino. Segnatura: BZA 65074

Le ragioni della felicità : contenuti e definizioni del piacere e della felicità : nuove ipotesi / Christian Boiron ; pref. di Enrico Cheli. - Milano : Angeli, 2006. - 133 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Magazzino. Segnatura: BZA 50269

La forza della gentilezza : pensare e agire con il cuore fa bene al corpo e allo spirito / Piero Ferrucci. - Milano : Mondadori, 2005. - 225 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 159.942 FERR

La mente e il cuore : come nasce lo stile di vita / Domenico Barrilà. - Milano : Guerini e associati, 2004. - 142 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Magazzino. Segnatura: BZA 65247

Emozioni distruttive : liberarsi dai tre veleni della mente: rabbia, desiderio e illusione / Dalai Lama, Daniel Goleman ; trad. di Roberto Cagliero ; con i contributi di Richard J. Davison ... [et al.]. - Milano : Mondadori, 2004. - 462 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Magazzino. Segnatura: BZA 65067

La vergogna : [quando la nostra immagine va in frantumi e vorremmo sprofondare] / Luigi Anolli. - Bologna : Il Mulino, 2000. - 127 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Magazzino. Segnatura: BZA 42002

Locarno, Biblioteca cantonale, Magazzini. Segnatura: BRLA 23220

Mendrisio, Biblioteca cantonale, Primo piano. Segnatura: BCM 03 FARS 49

2.6 Alimentazione e psicologia

Il cibo come relazione : identità, affetto, forma, gusto, cultura, convivio / Beatrice Balsamo. - Cantalupa : Effatà, 2015. - 79 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 159.942 BALS

La psicologia a tavola / Mark Conner, Christopher J. Armitage. - Bologna : Il Mulino, 2008. - 272 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Magazzino. Segnatura: BZA 56155

Locarno, Biblioteca cantonale, Magazzini. Segnatura: BRLA 40248

Mendrisio, Biblioteca cantonale, Primo piano. Segnatura: BCM 613.2 CONN

Dimmi cosa ti piace e ti dirò chi sei : le preferenze alimentari e la personalità / Noriko Kuriyama. - Milano : Xenia, 2001. - 220 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Magazzino. Segnatura: BZA 65283

2.7 Benessere interiore

Intelligenza emotiva : che cos'è e perchè può renderci felici / Daniel Goleman. - Milano : BUR Rizzoli, 2024. - 495 pagine

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 159.95 GOLE

Mindfulness : essere consapevoli / Gherardo Amadei. - Bologna : Società editrice il Mulino, [2023]. - 245 pagine

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 159.95 AMAD

Fullgeivity : la pienezza è la nuova longevità : un percorso in 4 tappe per ridisegnare vita e lavoro / Alessia Canfarini. - Milano : FrancoAngeli, [2023]. - 161 pagine

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 159.95 CANF

Trappole mentali : come difendersi dalle proprie illusioni e dagli inganni altrui / Matteo Motterlini. - Milano : BUR Rizzoli, 2023. - 303 pagine

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 159.95 MOTT

La cura dei 10 minuti : trasforma la tua vita un mattino alla volta / Owen O'Kane. - Firenze : Giunti, 2023. - 157 pagine

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 159.95 OKANE

Conoscere se stessi : la nuova scienza dell'autoconsapevolezza / Stephen M. Fleming. - Milano : R. Cortina, 2022. - XXIII, 276 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 159.95 FLEM

Lugano, Biblioteca cantonale, Libero accesso. Segnatura: LG 153.4 FLEM 1

Mendrisio, Biblioteca cantonale, Primo piano. Segnatura: BCM 153 FLEM

Mindfulness per guarire : una guida pratica per alleviare il dolore, ridurre lo stress e restituire il benessere / Danny Penman e Vidyamala Burch ; trad. di Sergio Orrao. - Milano : Mondadori, 2019. - 256 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 159.95 PENM

La scienza della contentezza : come raggiungerla e perché conviene più della felicità / Christina Berndt ; trad. di Cristina Malimpensa. - Milano : Feltrinelli, 2017. - 199 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 159.95 BERN

Mendrisio, Biblioteca cantonale, Primo piano. Segnatura: BCM 158 BERN

L'arte di vivere senza problemi : 80 tecniche (raccontate con un pizzico di ironia) per semplificare la vita (seriamente) / Marco Cerulli. - Milano : Franco Angeli, 2016. - 169 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 159.95 CERU

Mindfulness per l'autostima : [50 passi per diventare più consapevoli del proprio valore] / Janetti Marotta. - Cornaredo : Red!, 2015. - 190 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 159.95 MARO

2.8 Ipnosi

L'ipnosi oggi : dalle origini alle nuove applicazioni / Mauro Cozzolino. - Roma : Carocci, 2025. - 177 pagine
Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 159.962 COZZ
Locarno, Biblioteca cantonale, Libero accesso. Segnatura: BCL 159.96

Ipnosi : dilatare la mente per conoscere e trasformare la realtà / Gilberto Gamberini. - Firenze : De Vecchi, 2018. - 167 p.
Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 159.962 GAMB

Il potere dell'immaginazione : ipnosi, autoipnosi, mindfulness, meditazione esistenziale, pratica immaginativa e visualizzazioni per percorsi di guarigione profonda / Franco Nanetti. - Bologna : Pendragon, 2016. - 190 p.
Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 159.962 NANE

La mente che crea : [l'ipnosi progressiva e le sorprendenti capacità della nostra mente] / Enrico Saba, Marco Chisotti. - Roma : Casini Editore, 2012. - 199 p.
Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 159.962 SABA

Ipnosi medica / Hamilton B. Gibson. - Milano : Red!, 2006. - 125 p.
Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 159.962 GIBS
Locarno, Biblioteca cantonale, Magazzini. Segnatura: BRLA 40201

2.9 Disturbi mentali

Stranieri a noi stessi / Rachel Aviv ; traduzione di Claudia Durastanti. - Milano : Iperborea, [2023]. - 285 pagine
Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 159.97 AVIV
Chiasso, Biblioteca comunale, Libero accesso. Segnatura: CHB 616.89 AVIV
Mendrisio, Biblioteca cantonale, Primo piano. Segnatura: BCM 616.8 AVIV

L'arte di legare le persone / Paolo Milone. - Torino : Einaudi, 2021. - 191 p.
Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 159.97 MILO
Chiasso, Biblioteca comunale, Libero accesso. Segnatura: CHB 616.89 MILO
Lugano, Biblioteca cantonale, Libero accesso. Segnatura: LG 616.89 MILO 1
Mendrisio, Biblioteca cantonale, Primo piano. Segnatura: BCM MILO 1 / Arte
Mendrisio, Org.sociopsichiatrica cant., Bibl. OSC / Libero accesso. Segnatura: OSC PC 17a MILO

Comprendere i disturbi mentali : una guida per la famiglia con l'aiuto del DSM-5 / American Psychiatric Association ; ed. italiana a cura di Massimo Clerici. - Milano : R. Cortina, 2018. - 373 p.
Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 159.97 COMP
Locarno, Biblioteca cantonale, Libero accesso. Segnatura: BCL 159.9
Mendrisio, Biblioteca cantonale, Primo piano. Segnatura: BCM 616.8 APA

L'ascolto gentile : racconti clinici / Eugenio Borgna. - Torino : Giulio Einaudi editore, 2017. - 176 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 159.97 BORG

Locarno, Biblioteca cantonale, Magazzini. Segnatura: BRLA 61174

Mendrisio, Org.sociopsichiatrica cant., Bibl. OSC / Libero accesso. Segnatura: OSC PC 06 BORG

Psicopillole : per un uso etico e strategico dei farmaci / Alberto Caputo, Roberta Milanese ; pref. di Giorgio Nardone. - Milano : Ponte alle Grazie, 2017. - 252 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 159.97 CAPU

Locarno, Biblioteca cantonale, Magazzini. Segnatura: BRLA 61724

Relazioni pericolose : affascinanti, carismatici e seduttivi, pericolosi, come riconoscerli e fuggire da loro / Claudia Moscovici ; ed. italiana a cura di Titti Damato. - Casale Monferrato : Sonda, 2017. - 291 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 159.97 MOSC

Il manuale dell'ansia e delle preoccupazioni : la soluzione cognitivo comportamentale / David A. Clark, Aaron T. Beck. - Verona : Positive Press, 2016. - 352 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 159.97 CLARK

Farmaci e psicoterapia : infelici, tristi o depressi / Tullio Giraldi. - Bologna : il Mulino, 2016. - 220 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Magazzino. Segnatura: BZA 65318

Locarno, Biblioteca cantonale, Magazzini. Segnatura: BRLA 60526

La paura di volare e la paura di guidare : una guida al trattamento delle fobie specifiche / Luca Napoli e Marco Giannini. - Milano : FrancoAngeli, 2016. - 146 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 159.97 NAPO

Ossessioni : [perché ne siamo vittime e come uscirne] / Ezio Sanavio. - Bologna : il Mulino, 2014. - 132 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 159.97 SANA

Locarno, Biblioteca cantonale, Magazzini. Segnatura: BRLA 55075

Mendrisio, Biblioteca cantonale, Primo piano. Segnatura: BCM 03 FARS 229

I segreti della mente : capire, riconoscere, affrontare i segnali della psiche / Vittorino Andreoli. - Milano : Rizzoli, 2013. - 337 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 159.97 ANDR

Locarno, Biblioteca cantonale, Magazzini. Segnatura: BRLA 52987

Primo, non curare chi è normale : contro l'invenzione delle malattie / Allen Frances ; trad. di Aglae Pizzone. - Torino : Bollati Boringhieri, 2013. - 340 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 159.97 FRAN

Mendrisio, Org.sociopsichiatrica cant., Bibl. OSC / Libero accesso. Segnatura: OSC PA 12 FRAN

Mendrisio, Org.sociopsichiatrica cant., Bibl. OSC / Libero accesso. Segnatura: OSC PA 12 FRAN

Benvenuto in psichiatria : storie e incontri di straordinaria follia / Giovanni Casula. - Milano : Unicopli, 2012. - 139 pagine

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Magazzino. Segnatura: BZA 65280

Mendrisio, Biblioteca cantonale, Primo piano. Segnatura: BCM 616.8 CASU

Il chiodo fisso : come comprendere e sopravvivere alle ossessioni / Stella Dorz, Caterina Novara, Ezio Sanavio. - Milano : Angeli, 2009. - 120 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 159.97 DORZ

La paura degli altri : dalla timidezza agli attacchi di panico / John R. Marshall ; trad. di Elena Campominosi. - Milano : TEA, 2009. - 262 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 159.97 MARS

Locarno, Biblioteca cantonale, Magazzini. Segnatura: BRLA 42435

Avrò chiuso la porta di casa? : affrontare le proprie ossessioni / Susanne Fricke e Iver Hand. - Gardolo : Erickson, 2007. - 131 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 159.97 FRIC

Locarno, Biblioteca cantonale, Magazzini. Segnatura: BRLA 37143

Mendrisio, Org.sociopsichiatrica cant., Bibl. OSC / Libero accesso. Segnatura: OSC PC 01a FRIC

Disturbi da panico e agorafobia / Peter Grob. - Glattbrugg : Lundbeck SA, [2006]. - 66 p. + 2 schede di esercitazione

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Magazzino. Segnatura: BZA 50279

Fobie : le nuove ossessioni del secolo XXI / Adriano Purgato. - Roma : Castelveccchi, 2006. - 186 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 159.97 PURG

Locarno, Biblioteca cantonale, Magazzini. Segnatura: BRLA 37376

Ansia e attacchi di panico : come superare il problema / Pietro Spagnulo, Maurizio Falcone, Michele Giannantonio. - Salerno : Ecomind, 2006. - 175 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 159.97 SPAG

Come diventare un malato di mente / J.L. Pio Abreu ; trad. di Daniela Petruccioli. - Roma : Voland, 2005. - 173 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Magazzino. Segnatura: BZA 50286

Mendrisio, Org.sociopsichiatrica cant., Bibl. OSC / Libero accesso. Segnatura: OSC PC 00 ABRE

Da chi vado? : come orientarsi nel riconoscimento e nella cura dei disagi psicologici / Margherita Di Virgilio, Irven Mussi. - Milano : FrancoAngeli, 2003. - 79 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Magazzino. Segnatura: BZA 61305

Su una gamba sola / Oliver Sacks ; [trad. di Rosalba Occhetti]. - Milano : Adelphi, 1991. - 241 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Magazzino. Segnatura: BZA 53625

Locarno, Biblioteca cantonale, Magazzini. Segnatura: BRLNA 4279

Lugano, Biblioteca cantonale, Magazzini. Segnatura: LGC MB 19474

Lugano, Biblioteca cantonale, Sala Ramelli. Segnatura: LGC EB 2210

3. Medicina e fisiologia

3.1. Processi biologici: bioritmo, microbi e ormoni

L'equilibrio invisibile : verità e falsi miti sugli ormoni, i messaggeri chimici che danno ritmo alla nostra vita / Ilaria Messuti. - Segrate : DeAgostini, 2023. - 165 pagine

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 612.018 MESS

Mendrisio, Biblioteca cantonale, Primo piano. Segnatura: BCM 612.4 MESS

Il potere del quando / Dottor Breus [i.e. Michael J. Breus] ; trad. di Maddalena Togliani. - Milano : Vallardi, 2017. - 414 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 577.31 BREUS

I batteri della felicità : perchè i microbi del nostro corpo sono la chiave per la salute e il benessere /

Alanna Collen ; trad. di Anna Lovisolo. - Milano : U. Hoepli, 2017. - 287 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 579 COLL

Segui la pancia : non tutti i microbi vengono per nuocere / Rob Knight ; con Brendan Buhler ; trad. di Elena Sacchini. - Milano : Rizzoli, 2015. - 140 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 579 KNIG

Locarno, Biblioteca cantonale, Magazzini. Segnatura: BRLA 58724

Che ora fai? : vita quotidiana, cronotipi e jet lag sociale / Till Roenneberg ; [trad. di Valentina Chiesa]. - Bari : Dedalo, 2015. - 260 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 577.31 ROEN

Locarno, Biblioteca cantonale, Magazzini. Segnatura: BRLA 59294

Mendrisio, Org.sociopsichiatrica cant., Bibl. OSC / Libero accesso. Segnatura: OSC PA 02e ROEN

I ritmi della vita : gli orologi biologici che controllano la vita quotidiana di ogni essere vivente / di Russell Foster e Leon Kreitzman ; trad. di Isabella C. Blum. - Milano : Longanesi, 2007. - 357 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 577.31 FOST

Locarno, Biblioteca cantonale, Magazzini. Segnatura: BRLA 37569

Lugano, Biblioteca cantonale, Magazzini. Segnatura: LGC MC 21335

Mendrisio, Biblioteca cantonale, Primo piano. Segnatura: BCM 57.01 FOST

HGH : l'ormone che ringiovanisce / Marko B. Lens. - Milano : A. Mondadori, 1998. - XII, 201 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Magazzino. Segnatura: BZA 50211

Locarno, Biblioteca cantonale, Magazzini. Segnatura: BRLA 18321

Bioritmi ambiente e salute / Giovanni Iannuzzo. - Como : Ed. Red, 1989. - 223 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Magazzino. Segnatura: BZA 50283

3.2. Medicina

Che cos'è la medicina di genere / Alessandra Carè, Elena Ortona. - Roma : Carocci, 2025. - 111 pagine
Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 612.6 CARE
Mendrisio, Biblioteca cantonale, Primo piano. Segnatura: BCM 610 CARE

Quella voce che nessuno ascolta : la via della medicina di genere alla salute per tutti / Valeria Raparelli e Daniele Coen. - Firenze : Giunti, 2023. - 319 pagine
Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 612.6 RAPA
Mendrisio, Biblioteca cantonale, Primo piano. Segnatura: BCM 610 RAPA

Il sesso è (quasi) tutto : evoluzione, diversità e medicina di genere / Antonella Viola. - [Milano] : Feltrinelli, 2022. - 137 pagine
Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 612.6 VIOLA
Locarno, Biblioteca cantonale, Libero accesso. Segnatura: BCL 61
Mendrisio, Biblioteca cantonale, Primo piano. Segnatura: BCM 576.8 VIOL

Dizionario medico per la famiglia / a cura di Filippo Medina. - Milano : Fabbri, 1997. - 735 p.
Bellinzona, Biblioteca cantonale, Magazzino fondo vecchio. Segnatura: BZB 4672

3.3. Corpo umano

Noi siamo i nostri ormoni : come gli ormoni plasmano ogni aspetto della nostra vita / Max Nieuwdorp ; traduzione dall'olandese di Maria Cristina Coldagelli. - Torino : Codice Edizioni, [2024]. - 335 pagine
Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 612.018 NIEU
Mendrisio, Biblioteca cantonale, Primo piano. Segnatura: BCM 612.4 NIEU

Utero : storia intima del luogo da cui tutti veniamo / Leah Hazard ; traduzione di Benedetta Gallo. - [Milano] : Ponte alle Grazie, [2023]. - 395 pagine
Bellinzona, Biblioteca cantonale, xxx. Segnatura: BCB sa 611.66 HAZA
Lugano, Biblioteca cantonale, Libero accesso. Segnatura: LG 612.6 HAZA 1

Il tesoro leggero : l'avventura dei polmoni dalla pandemia al futuro della scienza / Luca Richeldi. - Milano : Solferino, 2021. - 247 p.
Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 612.2 RICH

Lo scheletro nell'armadio : vita segreta delle ossa / Brian Switek ; trad. di Valeria Lucia Gili. - Milano : il Saggiatore, 2020. - 291 p.
Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 611.7 SWIT
Lugano, Biblioteca cantonale, Libero accesso. Segnatura: LG 611 SWIT 1

Breve storia del corpo umano : una guida per gli occupanti / Bill Bryson ; trad. di Stefania De Franco. - Parma : U. Guanda, 2019. - 484 p.
Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 611/612 BRYS
Locarno, Biblioteca cantonale, Libero accesso. Segnatura: BCL 61

Dal fegato alla milza : come imparare a sentire i segnali dei nostri organi / Andrea Freund, Lucia Schmidt.
- Milano : Tecniche Nuove, 2019. - 251 p.
Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 611 FREU

Corpo umano : la guida infografica per conoscerlo al meglio / Steve Parker, Andrew Baker. - Cornaredo : Il castello, 2017. - 224 p.
Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 611/612 PARK
Locarno, Biblioteca cantonale, Libero accesso. Segnatura: BCL 61

3.4. Mente e cervello

Microbiota geniale : curare l'intestino per guarire la mente / Maria Rescigno. - Milano : Vallardi, [2023]. - 175 pagine
Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 612.33 RESC
Locarno, Biblioteca cantonale, Libero accesso. Segnatura: BCL 61
Mendrisio, Biblioteca cantonale, Primo piano. Segnatura: BCM 612.3 RESC

In te mi specchio : per una scienza dell'empatia / Giacomo Rizzolatti, Antonio Gnoli. - Milano : Rizzoli, 2016. - 188 p.
Bellinzona, Biblioteca cantonale, Magazzino. Segnatura: BZA 67197
Lugano, Biblioteca cantonale, Libero accesso. Segnatura: LG 612.8 RIZZ 1
Mendrisio, Org.sociopsichiatrica cant., Bibl. OSC / Libero accesso. Segnatura: OSC PA 02 RIZZ

L'uomo che scambiò sua moglie per un cappello / Oliver Sacks. - Milano : Adelphi, 2014. - 301 p.
Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 616.8 SACKS

Dal collo in su (cervello escluso) : viaggio intorno alla nostra testa / Raymond Tallis ; trad. di Anita De Rosa ed Erica Cosentino. - Roma : Laterza, 2011. - 314 p.
Bellinzona, Biblioteca cantonale, Magazzino. Segnatura: BZA 50262

Guida rapida per cervelloni : la mente / Emily Anthes & Scientific american ; pref. di Steve Mirsky ; trad. di Federico Leoni. - Milano : Feltrinelli, 2010. - 230 p.
Bellinzona, Biblioteca cantonale, Magazzino. Segnatura: BZA 68730
Locarno, Biblioteca cantonale, Magazzini. Segnatura: BRLA 45179

Mai fidarsi della mente : n + 1 esperimenti per capire come ci inganna e perché / Sergio Della Sala, Michaela Dewar ; con Silvano Fuso. - Roma : Laterza, 2010. - IX, 116 p.
Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 612.8 DELL
Chiasso, Biblioteca comunale, Libero accesso. Segnatura: CHB 15*5 DELLA

Cervello di gallina : visite (guidate) tra etologia e neuroscienze / Giorgio Vallortigara. - Torino : Bollati Boringhieri, 2010. - 158 p.
Bellinzona, Biblioteca cantonale, Magazzino. Segnatura: BZA 68789

3.5. Dieta, salute e longevità

Un uovo al giorno toglie il medico di turno / Edoardo Banchi. - Cornaredo : red!, [2025]. - 173 pagine
Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 613.2 BIAN

Mindfoodness : far pace con cibo, corpo ed emozioni / Emanuel Mian. - Milano : Feltrinelli, 2025. - 221 pagine
Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 613.2 MIAN

Il corpo quantico : la nuova scienza che ci farà vivere più sani e più a lungo : 7 scoperte che rivoluzioneranno il nostro futuro / Deepak Chopra, Jack Tuszynski, Brian Fertig. - Vicenza : Edizioni Il Punto d'Incontro, 2024. - 297 pagine
Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 613 CHOP

Il corpo quantico : la nuova scienza che ci farà vivere più sani e più a lungo : 7 scoperte che rivoluzioneranno il nostro futuro / Deepak Chopra, Jack Tuszynski, Brian Fertig. - Vicenza : Edizioni Il Punto d'Incontro, 2024. - 297 pagine
Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 613 CHOP

Come non invecchiare : la scienza che ci aiuta a diventare più sani via via che si invecchia / Michael Greger ; traduzione di Francesca Così e Alessandra Repossi. - Milano : Baldini+Castoldi, 2024. - 1086 pagine
Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 613.2 GREG

Il cibo parla al microbiota : un dialogo naturale per vivere sani e a lungo / Paolo Mainardi. - Milano : Tecniche nuove, [2024]. - 134 pagine
Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 612.33 MAIN

Trappole alimentari : cosa è andato storto nella nostra dieta e come rimediare / Stefano Vendrame. - Milano : Longanesi, 2024. - 316 pagine
Bellinzona, Biblioteca cantonale. Lettura. Segnatura: BCB sa 613.2 VEND.

Fa bene o fa male? : manuale di autodifesa alimentare / Dario Bressanini. - Milano : Mondadori, 2023. - 321 pagine
Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 613.2 BRES
Mendrisio, Biblioteca cantonale, Primo piano. Segnatura: BCM 613.2 BRES

Fullgevity : la pienezza è la nuova longevità : un percorso in 4 tappe per ridisegnare vita e lavoro / Alessia Canfarini. - Milano : FrancoAngeli, [2023]. - 161 pagine
Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 159.95 CANF

Extra life : come in un secolo abbiamo guadagnato una vita in più / Steven Johnson ; traduzione di Serena Parisi. - Roma : Castelveccchi, [2023]. - 280 pagine
Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 614 JOHN

Il codice della longevità sana : per tornare biologicamente giovani / Camillo Ricordi. - Milano : Mondadori, 2022. - 190 pagine
Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 613.2 RICO

Longevità : perché invecchiamo e perché non dobbiamo farlo / David A. Sinclair, PhD ; con Matthew D. LaPlante ; illustrazioni di Catherine L. Delphia. - Roma : Verduci Editore, 2022. - XXXI, 406 pagine
Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 613.2 SINC

Il cibo della saggezza : che cosa ci nutre davvero / Franco Berrino, Marco Montagnani. - Milano : Mondadori, 2020. - 181 p.
Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 613.2 BERR

Guida pratica al digiuno : per depurare l'organismo, migliorare il benessere, prevenire le malattie degenerative / Lionel Coudron ; trad. di Laura Tenorini. - Firenze : Terra Nuova, 2020. - 155 p.
Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 613.2 COUD

I cibi della longevità / Maurizio Tommasini ; prefazione di Lorenzo Sassoli de Bianchi. - Milano : Sperling & Kupfer, 2020. - 279 pagine
Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 613.2 TOMM

Vincere l'artrosi con la dieta / Laura Azenard. - Milano : Red!, 2018. - 204 p.
Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 613.2 AZEN

Il cibo dell'uomo : la via della salute tra conoscenza scientifica e antiche saggezze / Franco Berrino. - Milano : FrancoAngeli, 2015. - 311 p.
Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 613.2 BERR
Locarno, Biblioteca cantonale, Magazzini. Segnatura: BRLA

Dimagrire senza dieta : il metodo psicosomatico / Raffaele Morelli. - Milano : Mondadori, 2011. - 142 p.
Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 613.2 MORE
Locarno, Biblioteca cantonale, Magazzini. Segnatura: BRLA 58837

Basta poco per cambiare tanto : alimentazione e movimento: 10 proposte per un peso corporeo sano / Promozione Salute Svizzera. - Bellinzona : Ufficio promozione e valutazione sanitaria, Dipartimento delle opere sociali, 2009. - 25 p.
Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura CDS. Segnatura: CDS SO ME XV /133
Bellinzona, Biblioteca cantonale, Magazzino. Segnatura: BZA 68702

Celiachia : tra nutrizione & dintorni : per conoscere meglio una delle intolleranze più sottovalutate / con i contributi di: Franco Tomasi ... [et al.]. - Torino : Blu International Studio, 2005. - 85 p.
Bellinzona, Biblioteca cantonale, Magazzino fondo vecchio. Segnatura: BZB 4681

A tavola con il diabete : i menu, la cucina e le ricette per una dieta gustosa e corretta / Barbara Asprea, Giuseppe Capano, Simona Salò. - Milano : Tecniche Nuove, 2004. - 126 p.
Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 613.2 ASPR

3.6. Sonno e riposo

La danza circadiana : ascolta il ritmo del tuo corpo per ritrovare l'energia, dormire bene e tornare in forma / Giovanna Muscogiuri. - Milano : Mondadori, 2024. - 180 pagine

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 613.79 MUSC

7 giorni per ritrovare il sonno : un programma semplice ed efficace per combattere l'insonnia / Aric A. Prather ; traduzione di Elisabetta De Medio. - Milano : Corbaccio, [2024]. - 221 pagine

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 613.79 PRAT

Mendrisio, Biblioteca cantonale, Primo piano. Segnatura: BCM 616.8 Inso

Gufi o allodole? : cosa sono e come funzionano gli orologi circadiani / Rodolfo Costa, Sara Montagnese. - Bologna : il Mulino, 2020. - 130 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 613.79 COSTA

Locarno, Biblioteca cantonale, Libero accesso. Segnatura: BCL 61

Lugano, Biblioteca cantonale, Libero accesso. Segnatura: LG 616.8 COST 1

Mendrisio, Biblioteca cantonale, Primo piano. Segnatura: BCM 612 COST

Il buon sonno : l'orologio della salute / Michael Terman, Ian McMahan ; trad. di Paolo Poli. - Milano : Feltrinelli, 2018. - 285 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 613.79 TERM

Locarno, Biblioteca cantonale, Libero accesso. Segnatura: BCL 61

Il libro dei pisolini / Thierry de Greslan & Magali Sallansonnet-Froment. - Milano : Armenia, 2017. - 122 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 613.79 GRES

Dormire, forse sognare : sonno e sogno nelle neuroscienze / Piergiorgio Strata. - Roma : Carocci, 2017. - 206 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 612.82 STRA

Apnea da sonno : riconoscere i sintomi per migliorare la qualità della vita. - Berna : Lega polmonare svizzera, 2011. - 19 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 61 APNEA

3.7. Salute pubblica, medici e malati

Saper accompagnare : aiutare gli altri e se stessi ad affrontare la morte / Frank Ostaseski ; introduzione di Marco Venturino ; traduzione di Letizia Baglioni. - Milano : Mondadori, 2023. - 87 pagine
Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 614.253 OSTA

Un uomo fortunato : storia di un medico di campagna / John Berger, Jean Mohr ; prefazione di Vittorio Lingiardi ; introduzione di Iona Heath ; edizione italiana a cura di Maria Nadotti. - Milano : Il Saggiatore, [2022]. - 204 pagine
Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 614.253 BERG
Mendrisio, Biblioteca cantonale, Primo piano. Segnatura: BCM 610 BERG

Guarigione : l'arte perduta della convalescenza / Gavin Francis ; traduzione dall'inglese di Anna Lovisolo. - Torino : EDT, [2022]. - 124 pagine
Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 614.253 FRAN
Mendrisio, Biblioteca cantonale, Primo piano. Segnatura: BCM 615 FRAN

In salute con il clima che cambia : come adattarci ai cambiamenti climatici per stare bene / Emilio Minelli, Fabrizia Brera. - Milano : Feltrinelli, 2021. - 251 p.
Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 614.7 MINE

Dossier 5G : inchiesta non autorizzata sulla rivoluzione tecnologica destinata a cambiare la nostra esistenza / Marco Pizzuti. - Milano : Mondadori, 2020. - 225 p.
Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 614.8 PIZZ
Lugano, Biblioteca cantonale, Libero accesso. Segnatura: LG 303.48 PIZZ 1

Accompagnare alle frontiere della vita : lavoro di cura, cure palliative, Death Education / Ugo Albano, Nicola Martinelli. - Santarcangelo di Romagna : Maggioli, 2020. - 165 p.
Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 614.253 ALBA

Diagnosi e destino / Vittorio Lingiardi. - Torino : G. Einaudi, 2018. - 129 p.
Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 616-07 LING
Lugano, Biblioteca cantonale, Libero accesso. Segnatura: LG 610.6 LING 1

La notte non fa paura : riflessioni sulla morte come parte della vita / Kathryn Mannix ; trad. di Elisabetta Craveri. - Milano : Corbaccio, 2018. - 373 p.
Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 614.253 MANN
Locarno, Biblioteca cantonale, Magazzini. Segnatura: BRLA 63701

Cosa dice il malato, cosa sente il medico / Danielle Ofri ; ed. italiana a cura di Guido Giustetto ; trad. di Laura Melosi. - Roma : Il Pensiero Scientifico, 2018. - 279 p.
Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 614.253 OFRI

Una gentilezza infinita : storie vere di amore, cura e generosità raccontate da un'infermiera / Christie Watson. - Milano : Mondadori, 2018. - 276 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 614.253.5 WATS

L'ultima cosa bella : dignità e libertà alla fine della vita / Giada Lonati ; postf. di Ferruccio De Bortoli. - Milano : Rizzoli, 2017. - 248 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 614.253 LONA

Locarno, Biblioteca cantonale, Magazzini. Segnatura: BRLA 61197

Lugano, Biblioteca cantonale, Libero accesso. Segnatura: LG 362.1 LONA 1

Cambiamo aria! : come difenderci dai danni dell'inquinamento : i dati della medicina e i buoni esempi per respirare un'aria migliore, in casa e fuori / Pier Mannuccio Mannucci, Margherita Fronte ; pref. di Umberto Veronesi. - Milano : Baldini & Castoldi, 2017. - 203 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 614.7 MANN

L'ospedale difficile : lo spazio sociale della cura e della salute / Leonardo Chiesi, Silvia Surrenti ; con scritti di Livia Brusciaglioni ... [et al.]. - Napoli : Liguori, 2014. - XVIII, 182 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 614.2 CHIE

Una finestra nella tua casa : cure palliative e conforto nella malattia / Giorgio Nosedà ; pref. di Hans Neuenschwander. - Mendrisio : Gabriele Capelli Editore, 2014. - 202 pagine

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 614.253 NOSE

Chiasso, Biblioteca comunale, Libero accesso. Segnatura: CHB 616-08-039.75 NOSE

Locarno, Biblioteca cantonale, Ticinensia. Segnatura: BRLTA 7742

Lugano, Biblioteca cantonale, Libero accesso. Segnatura: LG 616 NOSE 1

Lugano, Biblioteca Salita dei Frati, Fondo Moderno. Segnatura: BSF SA 10259

Mendrisio, Biblioteca cantonale, Primo piano. Segnatura: BCM 615.85 NOSE

Medici in cerca d'autore / Lorenzo Speranza ; con la collab. di Claudia Misasi. - Bologna : Il Mulino, 2012. - 328 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Magazzino. Segnatura: BZA 50014

4. Farmacologia e tossicologia

4.1. Medicinali e sostanze di origine naturale

Farmaci : luci e ombre / Silvio Garattini. - Bologna : Il Mulino, [2025]. - 186 pagine

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 615 GARA

Locarno, Biblioteca cantonale, Libero accesso. Segnatura: BCL 61

Mendrisio, Biblioteca cantonale, Primo piano. Segnatura: BCM 615 GARA

Erbario : guida completa alle piante officinali e ai loro benefici / Mimi Prunella Hernandez ; prefazione di Tieraona Low Dog. - Milano : White Star : National geographic, [2025]. - 333 pagine

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 615.32 HERN

La cura miracolosa : Ozempic, Wegovy e come i farmaci dimagranti stanno cambiando le nostre vite /

Nicola Villa. - Milano : Altreconomia, 2025. - 155 pagine

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 615.3 VILLA

Locarno, Biblioteca cantonale, Libero accesso. Segnatura: BCL 61

La borsa del medico : storia degli strumenti che hanno cambiato per sempre la medicina / Francesco

Adami. - Milano : Hoepli, 2023. - IX, 180 pagine

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 615.4 ADAMI

Botanica farmaceutica e farmacognosia : piante officinali, droghe e prodotti erboristici / Gianni

Sacchetti. - Torino : UTET Università, [2023]. - XIII, 352 pagine

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 615.32 SACC

Coltiva le tue tisane : tè e infusi / Aldo Colombo. - Firenze : Demetra, 2022. - 128 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 615.32 COLO

Locarno, Biblioteca cantonale, Libero accesso. Segnatura: BCL 63

Mendrisio, Biblioteca cantonale, Secondo piano. Corridoio. Segnatura: BCM 641.87 COLO

Homo pharmacus : dieci farmaci che hanno scritto la storia della medicina / Thomas Hager ; trad. di

Cristina Spinoglio. - Torino : Codice, 2021. - 329 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 615 HAGER

Mendrisio, Biblioteca cantonale, Primo piano. Segnatura: BCM 615 HAGE

Entomoterapia : gli insetti come farmaci / Stefano Turillazzi. - Pisa : ETS, 2019. - 118 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 615.32 TURI

Locarno, Biblioteca cantonale, Libero accesso. Segnatura: BCL 61

Antibiotici? No, grazie! : perché la farmacoresistenza è un problema : le alternative naturali agli antibiotici / Gabriele Graziani, Luciano Graziani. - Cesena : Macro, 2018. - 109 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 615.32 GRAZ

Locarno, Biblioteca cantonale, Magazzini. Segnatura: BRLA 63356

Pharmageddon : eclissi della cura e marketing della medicina / David Healy ; [a cura di Tullio Giraldi]. - Milano : Mimesis, 2016. - 367 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 615 HEALY

Erbe officinali del giardino del Signore : il mio erbario : consigli utili per la salute e il benessere / Maria Treben ; trad. dal tedesco: Maren von Appen e Mike Frajria. - Bolzano : Athesia, 2015. - 223 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 615.32 TREB

Erbe che curano : essenze, tisane, unguenti, liquori e il ricettario delle erbe selvatiche. - Firenze ; Milano : Giunti Demetra, 2015. - 382 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 615.32 ERBE

Rimedi dai conventi per il corpo e l'anima : filosofia, regole di vita e a tavola, tisane e la farmacia del Signore / Anastasia Zanoncelli. - Verona : Edizioni del Baldo, 2014. - 159 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 615.32 ZANO

Guida alle piante medicinali : oltre 600 piante officinali e velenose d'Europa : Ingrid e Peter Schonfelder. - Roma : Ricca, 2012. - 446 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 615.32 SCHÖ

Antibiotici naturali : alternative efficaci per combattere le infezioni batteriche resistenti ai farmaci / Stephen Harrod Buhner. - Vicenza : Il punto d'incontro, 2003. - 235 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 615.32 BUHN

Aspirina : l'incredibile storia della pillola più famosa del mondo / Diarmuid Jeffreys ; pres. di Luciano Sterpellone ; trad. di Giovanni Tarantino. - Roma : Donzelli, 2005. - 313 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 615.31 JEFF

Mendrisio, Biblioteca cantonale, Magazzino (rivolgersi all'accoglienza). Segnatura: BCM A 1458

4.2. Terapie alternative

Clorofillati : ritornare alla Natura e rigenerarsi / Marcella Danon. - Milano : Feltrinelli, 2021. - 127 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 615.8 DANON

L'arte di respirare : la nuova scienza per rieducare un gesto naturale / James Nestor ; traduzione di Teresa Albanese. - Sansepolcro : Aboca, [2021]. - 346 pagine

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 615.8 NEST

Chiasso, Biblioteca comunale, Libero accesso. Segnatura: CHB 612.2 NEST

Locarno, Biblioteca cantonale, Libero accesso. Segnatura: BCL 61

Lugano, Biblioteca cantonale, Libero accesso. Segnatura: LG 613.7 NEST 1

Mendrisio, Biblioteca cantonale, Primo piano. Segnatura: BCM 613 NEST

Mutuo soccorso a quattro zampe : il potere rigenerante dei legami con i nostri animali / Carol Novello con Ginny Graves ; trad. di Virginio B. Sala. - Milano : Feltrinelli, 2020. - 270 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 615.8 NOVE

Ossitocina, l'ormone dell'amore : fonte di calma, rigenerazione e guarigione / Kerstin Uvnäs Moberg ; pref. di Michel Odent ; pref. all'edizione italiana di Alessandra Bortolotti ; trad. di Clara Scropetta. - Torino : Il leone verde, 2019. - 160 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 615.3.357 MOBE

L'effetto placebo : breve viaggio tra mente e corpo / Fabrizio Benedetti. - Roma : Carocci editore, 2018. - 159 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 615.8 BENE

Lugano, Biblioteca cantonale, Libero accesso. Segnatura: LG 615.5 BENE 1

Il tuo primo dottore sei tu : capire il nostro corpo e il suo potere di autoguarigione / Jeremy Howick ; trad. di Paolo A. Dossena. - Milano : Corbaccio, 2018. - 264 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 615.8 HOWI

Noi e l'albero : natura urbana, salute umana / Valentina Ivancich. - Milano : Corbaccio, 2018. - 252 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 615.8 IVAN

L'amore è la medicina più potente : come trasformare il cervello nel più efficiente produttore di farmaci che esista / Claudio Pagliara. - [Orbassano] : Uno, 2018. - 250 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 615.8 PAGL

Ecologia affettiva : come trarre benessere fisico e mentale dal contatto con la natura / Giuseppe Barbiero. - Milano : Mondadori, 2017. - 220 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 615.8 BARB

Locarno, Biblioteca cantonale, Magazzini. Segnatura: BRLA 61169

La rivincita degli emotivi : come non farsi dominare dagli stati d'animo negativi / Emilio Minelli, Fabrizia Berera. - Milano : Feltrinelli, 2016. - 234 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 615.8 MINE

Acqua fresca? : tutto quello che bisogna sapere sull'omeopatia / a cura di Silvio Garattini. - Milano : Sironi, 2015. - 155 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Magazzino. Segnatura: BZA 68745

Locarno, Biblioteca cantonale, Magazzini. Segnatura: BRLA 58142

Mendrisio, Biblioteca cantonale, Primo piano. Segnatura: BCM 615.5 ACQUA

Recupera una vista perfetta con lo yoga per gli occhi / Kazuhiro Nakagawa. - [Milano] : Sperling & Kupfer, 2015. - 181 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 615.8 NAKA

Locarno, Biblioteca cantonale, Magazzini. Segnatura: BRLA 59609

Manuale di automedicazione cinese : [i rimedi più efficaci per i disturbi più comuni] / Philippe Maslo, Marie Borrel. - Cornaredo : red!, 2013. - 171 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 615.8 MASLO

Ginnastica per il viso : come mantenere un bel viso naturale / Catherine Pez. - Casale Monferrato : Sonda, 2012. - 89 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 615.82 PEZ

Locarno, Biblioteca cantonale, Magazzini. Segnatura: BRLA 54667

Curare le gambe stanche e le varici : con trattamenti naturali ... e guarire il disturbo dalle gambe senza riposo / Ramón Roselló. - Cesena : Macro Edizioni, 2011. - 139 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 615.8 ROSE

Le fonti del benessere in Europa : piscine termali, aromaterapia, massaggi, vinoterapia, saune, fienoterapia, flamenco ... / Isabella Elena Avanzini. - Milano : Vallardi, 2010. - 137 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Magazzino. Segnatura: BZA 68786

Auricoloterapia / Franco Caspani. - Milano : Red!, 2008. - 173 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 615.82 CASP

Sono sempre stanco! : conoscere e vincere la spossatezza cronica / Joe Fitzgibbon ; trad. di Francesca Donatacci. - Milano : Mondadori, 2006. - 313 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 615.8 FITZ

Il massaggio antistress e contro il mal di testa : [tecniche e consigli] / Sabrina Bevilacqua, Silvia Pareschi. - Milano : DVE Italia, 2005. - 110 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Magazzino. Segnatura: BZA 50030

Rolfing : ristabilire l'allineamento naturale e l'integrazione strutturale del corpo / Ida Rolf ; trad. dall'inglese di Elisabetta Valdré. - Roma : Ed. Mediterranee, 2005. - 331 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Magazzino. Segnatura: BZA 67152

Shiatzu / Yukiko Irwin, James Wagenvoord ; trad. di Tilde Arcelli Riva. - Milano : Bompiani, 2002. - 187 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Magazzino. Segnatura: BZA 49974

Omeopatia / Salvatore Rainò. - Viterbo : Nuovi equilibri, 2002. - 122 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Magazzino. Segnatura: BZA 49998

Chiasso, Biblioteca comunale, Libero accesso. Segnatura: CHB 615.015.32 RAINO

Introduzione al massaggio : manuale tecnico-pratico / Stefano Fontana. - Roma : Istituto di Scienze umane, 1999. - 279 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Magazzino. Segnatura: BZA 49975

Riflessoterapie : l'interpretazione unitaria di terapie orientali e occidentali / Jochen M. Gleditsch ; [trad. di Donatella Besana]. - Como : Red edizioni, 1991. - 222 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 615.8 GLED

Locarno, Biblioteca cantonale, Magazzini. Segnatura: BRLA 53155

4.3. Veleni

È la dose a fare il veleno : valutare i rischi delle sostanze chimiche dalla tavola alla cura del corpo /

Gerald A. LeBlanc ; traduzione: Anna Rizzon. - Milano : Apogeo, [2024]. - 271 pagine

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 615.9 LEBL

Locarno, Biblioteca cantonale, Libero accesso. Segnatura: BCL 61

Allergia al veleno d'insetti / [Andrea Reimers, Arthur Helbling]. - Berna : aha Centro Allergie Svizzera, 2014. - 10 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 616-056.3 AHA

Ingredienti pericolosi : guida ai veleni della vita quotidiana / Rachel Frély. - Vicenza : Il punto d'incontro, 2013. - 127 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 615.9 FRÉLY

Locarno, Biblioteca cantonale, Magazzini. Segnatura: BRLA 54036

Siamo fritti : truffe, inganni e altri veleni nel piatto / Mario Giordano. - Milano : Mondadori, 2005. - 238 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Magazzino. Segnatura: BZA 46574

Lugano, Biblioteca cantonale, Magazzini. Segnatura: LGC MC 4525

Mendrisio, Biblioteca cantonale, Secondo piano. Corridoio. Segnatura: BCM 641 GIOR

Storia dei veleni / Jean de Maleissye ; [trad. di Maria Teresa Beccaria]. - Carnago : SugarCo, 1993. - 359 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 615.9 MALE

Chiasso, Biblioteca comunale, Libero accesso. Segnatura: CHB 615.9 MALE

Tossici e intossicati : inebrianti, stupefacenti, afrodisiaci, veleni medicamentosi, alimentari, professionali, tossici di guerra, cause, cure, prevenzioni / Carlo Felice Zanelli. - Milano : G. Bolla, 1948. - 329 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Magazzino. Segnatura: BZA 10485

5. Malattie

5.1. Malattie varie

Cambia pelle / Antonino Di Pietro. - [Milano] : Sperling & Kupfer, 2025. - 189 pagine

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 616.5 DIPI

Locarno, Biblioteca cantonale, Libero accesso. Segnatura: BCL 61

La scienza dei capelli : le verità, i falsi miti, il modo migliore per prendersene cura / Elena Accorsi Buttini.

- Milano : Gribaudo, 2021. - 191 pagine

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 616.5 ACCO

Locarno, Biblioteca cantonale, Libero accesso. Segnatura: BCL 64

Lugano, Biblioteca cantonale, Libero accesso. Segnatura: LG 646.7 ACCO 1

La pancia lo sa : interpretare i messaggi di stomaco e intestino per vivere meglio / Silvio Danese. -

Venezia : Sonzogno, 2020. - 187 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 616.3 DANE

Rivoluziona la tua salute! : [il metodo svedese per ritrovare felicità e benessere con uno stile di vita antinfiammatorio] / Maria Borelius ; trad. di Isabella Polli. - Milano : HarperCollins Italia, 2019. - 344 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 616-002 BORE

Emicrania / Oliver Sacks. - Milano : Adelphi, 2018. - 519 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 616.857 SACKS

Smettere di russare in modo naturale : aumentate i vostri livelli energetici e riducete lo stress. Abbassate il rischio d'incorrere in gravi problemi di salute. Migliorate la capacità di concentrazione e la memoria. Svegliatevi al mattino sentendovi freschi e riposati / Tess Graham ; trad. di Alessio Rosoldi.

- Roma : Edizioni Mediterranee, 2016. - 255 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 616.2 GRAH

Curare l'ipertensione senza farmaci : metodi naturali per ridurre la pressione sanguigna : guida pratica al trattamento della più diffusa patologia nota all'uomo / Roger Mason. - Vicenza : Il punto d'incontro, 2015. - 135 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 616.1 MASON

Sclerosi multipla : 300 consigli per rendere più facile la propria vita / Shelley Peterman Schwarz. - Cornaredo : red!, 2014. - 127 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 616-004 SCHW

Mal di schiena / Manuel Klöti, Felicitas Witte. - Zurigo : Lega svizzera contro il reumatismo, 2011. - 54 p.

BZ-Biblioteca cantonale. Lettura. Segnatura: BCB sa 616.7 KLÖTI.

Digerire bene per vivere meglio : [consigli e ricette naturali per la cura dei disturbi intestinali] / Scarlett Weinstein-Loison. - Milano : Armenia, 2011. - 150 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 616.3 WEIN

Influenza e malattie invernali : naturalmente protetti / Attilio e Luca Speciani. - Firenze ; Milano : Giunti Demetra, 2010. - 127 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 616.2 SPEC

Ernia, emorroidi, varici e prolassi : senza farmaci e operazioni chirurgiche / Albert Mosséri. - Diegaro di Cesena : Macro Edizioni, 2007. - 71 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 616.3 MOSS

Colesterolo sotto controllo / Robert Povey ; [trad. di Maria Cristina Leardini]. - Roma : Editori riuniti, 2000. - 157 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 616.1 POVEY

5.2. Tumori

Non se, ma quando : cancro: le cure di oggi, le cure di domani / Maurizio Scaltriti. - Milano : Piemme, 2025. - 184 pagine

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 616-006 SCAL

Locarno, Biblioteca cantonale, Libero accesso. Segnatura: BCL 61

Mendrisio, Biblioteca cantonale, Primo piano. Segnatura: BCM 616.9 Cancro 7

Le donne mi chiedono : [il tumore del seno: le conoscenze, la consapevolezza, la cura di sé che aiutano a prevenirlo e combatterlo] / Adriana Bonifacino ; con Laura Berti. - Milano : Sperling & Kupfer, 2020. - 175 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 616-006 BONI

Locarno, Biblioteca cantonale, Libero accesso. Segnatura: BCL 61

Il prezzo dell'immortalità : cosa sappiamo del cancro e come possiamo sconfiggerlo / Pier Paolo Di Fiore ; pref. di Telmo Pievani. - Milano : Il saggiatore, 2020. - 466 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 616-006 DIFI

Locarno, Biblioteca cantonale, Libero accesso. Segnatura: BCL 61

Lugano, Biblioteca cantonale, Libero accesso. Segnatura: LG 616.9 DIFI 1

Mendrisio, Biblioteca cantonale, Primo piano. Segnatura: BCM 616.9 Cancro 4

Conoscere, prevenire e curare i tumori femminili : viaggio all'interno dell'oncologia ginecologica / Pierandrea De Iaco, Anna Myriam Perrone ; intervista a cura di Alessandra Guerra ; con un contributo di Lucia Polpatelli. - Pisa : ETS, 2017. - 102 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 616-006 DEIA

Locarno, Biblioteca cantonale, Magazzini. Segnatura: BRLA 61405

Mammografia : emozioni, evidenze e controversie scientifiche nella diagnosi precoce del tumore al seno / Eugenio Paci. - Roma : Il Pensiero scientifico, 2017. - 140 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 616-006 PACI

La cura del cancro nel Novecento : dalla chirurgia alle nuove terapie molecolari / Domenico Ribatti. - Roma : Carocci, 2017. - 111 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 616-006 RIBA

Locarno, Biblioteca cantonale, Magazzini. Segnatura: BRLA 62572

La diagnosi precoce del cancro intestinale : un'informazione della Lega contro il cancro / [autrice: Cornelia Schwager]. - Berna : Lega svizzera contro il cancro, 2015. - 23 p.
Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 616-006 LEGA

Il potere anticancro delle emozioni : da un medico oncologo, un nuovo sguardo sull'insorgenza e la cura della malattia / Christian Boukaram. - Milano : Urta - Apogeo, 2012. - 208 p.
Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 616-006 BOUK
Locarno, Biblioteca cantonale, Magazzini. Segnatura: BRLA 53954

Il cancro del testicolo : un'informazione della Lega contro il cancro per pazienti e familiari / [testo: Ruth Jahn, Susanne Lanz ; trad.: Sergio Pastore]. - Berna : Lega svizzera contro il cancro, 2011. - 47 p.
Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 616-006 LEGA

Cancro, la grande sfida / Franco Cavalli ; pref. di Umberto Veronesi ; [collab. e trad.: Gemma D'Urso-Tranini]. - Locarno : Dadò, 2010. - 204 p.
Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 616-006 CAVA
Chiasso, Biblioteca comunale, Libero accesso. Segnatura: CHB 616-006 CAVA
Locarno, Biblioteca cantonale, Ticinensia. Segnatura: BRLTA 4764 bis
Lugano, Biblioteca cantonale, Magazzini. Segnatura: LGC MC 4541
Mendrisio, Biblioteca cantonale, Primo piano. Segnatura: BCM 616-006 CAVA

Curare l'uomo, non solo il cancro : indagine sulla condizione del paziente oncologico anziano / a cura di Nadio Delai e Daniela Minerva ; Ilesis, Ricerca & formazione per i sistemi sanitari ; Siog, Società internazionale di oncologia geriatrica. - Milano : F. Angeli, 2003. - 119 p.
Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 616-006 CURA

5.3. Malattie contagiose

Batteri resistenti : la sfida della convivenza / Michele Bartoletti. - Bologna : il Mulino, [2024]. - 140 pagine
Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 616.9 BART
Mendrisio, Biblioteca cantonale, Primo piano. Segnatura: BCM 615 BART

Corpi estranei : come pandemie e vaccini hanno plasmato la storia / Simon Schama ; traduzione di Tullio Cannillo. - Milano : Mondadori, 2024. - 444 pagine
Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 616.9(09) SCHA
LO-Biblioteca cantonale, Libero accesso. Segnatura: BCL 61

La cura inaspettata : l'HIV da peste del secolo a farmaco di precisione / Alessandro Aiuti con Annamaria Zaccheddu. - Milano : Mondadori, 2023. - 219 pagine
Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 616.9 AIUTI

Una banale influenza? : storia di una malattia sottovalutata / Massimo Galli ; prefazione di Giovanni Rezza. - Milano : Raffaello Cortina, 2023. - XIX, 384 pagine
Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 616.9(09) GALLI
Mendrisio, Biblioteca cantonale, Primo piano. Segnatura: BCM 616.2 GALL

I superbatteri : una minaccia da combattere / Fabrizio Pregliasco, Paola Arosio. - Milano : Raffaello Cortina, 2023. - 276 pagine

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 616.9 PREG

Mendrisio, Biblioteca cantonale, Primo piano. Segnatura: BCM 616.9 PREG

Il lungo Covid : la prima indagine sulle conseguenze a lungo termine del virus / Agnese Codignola. - Torino : Utet, 2022. - 231 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 616.9 CODI

LO-Biblioteca cantonale, Libero accesso. Segnatura: BCL 61

Come prevenire la prossima pandemia / Bill Gates ; trad. di Andrea Silvestri. - Milano : La nave di Teseo, 2022. - 447 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 616.9 GATES

Post Covid : che cosa dobbiamo sapere sulle conseguenze a lungo termine del virus per corpo e mente / Sergio Harari con Vera Martinella. - Milano : Solferino, 2022. - 234 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 616.9 HARA

La malattia da 10 centesimi : storia della polio e di come ha cambiato la nostra società / Agnese Collino ; [pref. di Giovanni Rezza]. - Torino : Codice Edizioni, 2021. - 294 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 616.9 COLL

Mendrisio, Biblioteca cantonale, Primo piano. Segnatura: BCM 616.9 COLL

La danza della peste : storia dell'umanità attraverso le malattie infettive / Charles Kenny ; trad. di Bianca Bertola. - Torino : Bollati Boringhieri, 2021. - 271 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 616.9(09) KENN

Mendrisio, Biblioteca cantonale, Primo piano. Segnatura: BCM 616.9 KENN

Il dopo : il virus che ci ha costretto a cambiare mappa mentale / Ilaria Capua. - Milano : Mondadori, 2020. - 135 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 616.9 CAPUA

LO-Biblioteca cantonale, Magazzini. Segnatura: BRLA 66226

Lugano, Biblioteca cantonale, AARDT (prenotazione obbligatoria, disponibile entro 7 giorni). Segnatura: AARDT I.5 616.9 CAPU/DOPO

Lugano, Biblioteca cantonale, Libero accesso. Segnatura: LG 614 CAPU 1

Ricominciare dalla scienza : 10 ragioni per affidarsi alla ricerca quando il resto ci abbandona / Guido Silvestri. - Milano : Rizzoli, 2020. - 153 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 616.9 SILV

Lugano, Biblioteca cantonale, Libero accesso. Segnatura: LG 614 SILV 1

L'altra faccia di Venere : la sifilide dalla prima età moderna all'avvento dell'Aids (XV-XX sec.) / Eugenia Tognotti ; pres. di Giorgio Cosmacini. - Milano : F. Angeli, 2019. - 263 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 616.9(09) TOGN

AIDS : breve storia di una malattia che ha cambiato il mondo / Cristiana Pulcinelli. - Roma : Carocci, 2017. - 211 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 616.9 PULC

LO-Biblioteca cantonale, Magazzini. Segnatura: BRLA 62032

Cattive acque : sul modo di trasmissione del colera / John Snow. - Roma : Il Pensiero Scientifico, 2017. - 128 p., [2] carte di tav. ripieg.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 616.9(09) SNOW

Spillover : l'evoluzione delle pandemie / David Quammen ; trad. di Luigi Civalleri. - Milano : Adelphi, 2014. - 608 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Lettura. Segnatura: BCB sa 616.9 QUAM

Lugano, Biblioteca cantonale, Libero accesso. Segnatura: LG 614 QUAM 1

AH1N1 : la pandemia influenzale / Massimo Andreoni, Gian Carlo Mancini. - Roma : Aracne, 2009. - 93 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Magazzino. Segnatura: BZA 49515

Infezioni e tumori da Papillomavirus / Giovanni Tringali. - Acireale : Bonanno, 2006. - 73 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Magazzino. Segnatura: BZA 68763

Contagio : la Sars e il ritorno delle malattie infettive / Cristiana Pulcinelli, Enrico Girardi, Pietro Greco ; pref. di Giuseppe Ippolito. - Roma : Editori Riuniti, 2003. - 167 p.

Bellinzona, Biblioteca cantonale, Magazzino. Segnatura: BZA 49656