



Dr. Cristina Tomasi

Corso Clinico di

Terapia Ormonale Bioequivalente

Per la menopausa e perimenopausa

6-8 febbraio 2026

Hotel Leon D'Oro
Viale Piave, 5 - Verona

Toplife
di Dr. Cristina Tomasi

OBIETTIVI FORMATIVI

Al termine del corso il partecipante sarà in grado di:

1. **Condurre una prima visita ormonale completa**, includendo anamnesi strutturata, esame obiettivo, valutazione dei sintomi, questionari e identificazione delle red flags.
2. **Interpretare correttamente gli esami di laboratorio e strumentali** rilevanti per THS/BHRT (estrogeni, progesterone, androgeni, tiroide, cortisolo, insulina, markers metabolici e cardiovascolari).
3. **Conoscere indicazioni, benefici, rischi e controindicazioni** della terapia ormonale bioequivalente in peri-menopausa e post-menopausa, sulla base delle evidenze moderne post-WHL.
4. **Impostare schemi terapeutici personalizzati**, utilizzando forme orali, transdermiche, vaginali e preparazioni galeniche, con corretta titolazione e follow-up.
5. **Integrare la terapia ormonale con interventi sullo stile di vita** (alimentazione, forza, luce, sonno, stress, integrazione mirata) per ottimizzare metabolismo, peso, energia e benessere.
6. **Gestire donne speciali e casi clinici complessi**, inclusi rischio oncologico, trombofilia, autoimmunità, comorbidità metaboliche, fibromi, endometriosi, osteoporosi severa e “late starters”.
7. **Applicare correttamente gli aspetti legali e di consenso informato** relativi all’uso di ormoni bioidentici e preparazioni galeniche in pratica clinica.

Sono previsti crediti formativi ECM.
È prevista una traduzione simultanea.

RELATORI

Dr. Lucia Calò, ginecologa e sessuologa Responsabile del Centro Menopausa e della Ginecologia Endocrinologica della Macedonio Melloni

Dr. Anna Paola Cavalieri, ginecologa, dottore in ricerca in psiconeuroendocrinologia della riproduzione e della sessualità

Dr. Stefania Cazzavillan, biologa, genetista, nutrizionista, esperta in micoterapia.

Dr Rosanna Palmiotto, Ginecologa del territorio a Udine, esperta in pavimento pelvico dal 1994, sessuologa

Dr. Cristina Tomasi, internista, specializzata in metabolismo, TOS bioequivalente e Master in osteoporosi

Dr. Francesco Zanella, farmacista

Partner per l'assegnazione dei crediti ECM:



La partecipazione al Convegno consentirà l'accesso a un corso FAD (disponibile dal 16 febbraio 2026 al 15 febbraio 2027) per il conferimento di 50 crediti ECM, accreditato per tutte le figure sanitarie. All'interno della piattaforma FAD sarà possibile effettuare il test e scaricare l'attestato ECM. I crediti ECM faranno riferimento al triennio 2026–2028.

GIORNO 1

venerdì 6 febbraio 2026

8.00 – 8.55: Registrazione e apertura lavori

- Presentazione docenti
- Obiettivi del corso
- Struttura ECM

9.00 – 10.00: Conoscere il cambiamento delle tre fasi: perimenopausa, menopausa e postmenopausa: *Dr. Sabine Oehse*

- Comprendere le differenze fisiologiche tra perimenopausa, menopausa e postmenopausa.
- Saper riconoscere i primi segni clinici di transizione menopausale.
- Interpretare le variazioni del ciclo mestruale durante la transizione menopausale.
- Acquisire strumenti clinici per orientare diagnosi e gestione iniziale.

10.00 – 11.00 La visita ginecologica in menopausa, anamnesi, esame obiettivo, ecografia: cosa guardare, cosa sapere, *Dr. Anna Paola Cavalieri*

- Definire gli elementi fondamentali dell'anamnesi nelle donne in menopausa.

- Riconoscere i segni clinici e obiettivi più rilevanti nella valutazione ginecologica.
- Capire cosa cercare in un'ecografia transvaginale in menopausa e perché.
- Identificare i fattori di rischio oncologici e metabolici correlati alla menopausa.
- Stabilire protocolli di follow-up e prevenzione personalizzati.

11.00 – 11.30: COFFEE BREAK

11.00 – 12.00: TOS: La Terapia Ormonale Sostitutiva: cosa dobbiamo sapere?, Dr. Cristina Tomasi

- Comprendere cos'è la Terapia Ormonale Sostitutiva e cosa si intende per ormoni bioequivalenti.
- Sapere distinguere TOS bioidentica, terapia convenzionale, pillola anticoncezionale e fitoestrogeni.
- Conoscere vantaggi e limiti delle diverse vie di somministrazione.
- Apprendere *quando iniziare* la TOS e definire la finestra metabolica e cardiovascolare di massima sicurezza.
- Valutare rischi, benefici e durata del trattamento sulla base delle evidenze scientifiche.

12.00 – 13.00: Benessere in Menopausa: cosa succede alla sessualità, Dr. Lucia Calò

- Comprendere i cambiamenti fisiologici e psicologici della sessualità in menopausa.

- Riconoscere GSM, dispareunia, perdita di lubrificazione e calo del desiderio.
- Approfondire la relazione tra ormoni, tono dell'umore e risposta sessuale.
- Imparare strumenti pratici per ripristinare il benessere sessuale e relazionale.
- Saper integrare sessuologia, terapia ormonale e stile di vita nel counseling.

13.00 – 14.30: LUNCH

14.30 – 15.30: Estrogeni, Dr. Sabine Oehse

- Comprendere i reali benefici clinici degli estrogeni (osso, vasi, cervello, vaginale).
- Distinguere tra rischi documentati e miti derivati dal WHI.
- Imparare a scegliere la forma corretta (orale, transdermica, gel, cerotti) in base alla paziente.
- Imparare dosaggi, titolazione e monitoraggio.
- Capire l'importanza del timing: <60 anni o entro 10 anni dalla menopausa.
- Valutare quando usare preparati galenici.
- Applicare criteri clinici per una prescrizione sicura e personalizzata.

15.30 – 16.30: Progesterone, Dr. Sabine Oehse

- Comprendere la differenza tra progesterone naturale e progestinici sintetici.

- Approfondire il ruolo del progesterone su sonno, ansia, cervello ed endometrio.
- Valutare come scegliere regimi ciclici o continui.
- Conoscere dosi e forme di somministrazione.
- Gestire spotting, tensione mammaria e gli effetti collaterali più comuni.
- Capire quando il progesterone è necessario e quando no.

16.30 – 17.00: COFFEE BREAK

17.00 – 18.00: Testosterone, *Dr. Cristina Tomasi*

- Comprendere perché il testosterone è fondamentale anche nella donna.
- Approfondire i recettori e i target: cervello, pavimento pelvico, muscolo.
- Riconoscere i benefici su libido, energia, forza, composizione corporea e benessere mentale.
- Sapere quando associare DHEA, e quando evitarlo.
- Saper titolare correttamente i dosaggi per evitare effetti collaterali.
- Apprendere un approccio clinico di personalizzazione basato su sintomi e obiettivi.

GIORNO 2

sabato 7 febbraio 2026

8.30 – 9.30: Quali esami ematochimici fare in peri menopausa e in menopausa? *Dr. Sabine Oehse*

- Identificare gli esami realmente utili per valutare lo stato ormonale
- Comprendere quando richiedere ormoni (E2, FSH, LH, progesterone, testosterone, DHEA-S) e come interpretarli.
- Evitare esami inutili o fuorvianti.
- Fornire criteri pratici per costruire un pannello “base” e uno “avanzato” per il follow-up annuale.

9.30 – 10.30: I funghi medicinali peri menopausa e in menopausa, *Dr. Stefania Cazzavillan*

- Comprendere il ruolo dei funghi medicinali come supporto metabolico e ormonale.
- Distinguere le principali specie (Reishi, Cordyceps, Hericium, Maitake, Shiitake) e i loro effetti.
- Imparare quando possono supportare sonno, energia, stress, immunità, metabolismo glucidico.
- Valutare evidenze cliniche, dosaggi e sinergie con TOS e integratori.
- Conoscere le controindicazioni e interazioni rilevanti.

10.00 – 11.00: COFFEE BREAK

11.00 – 12.00: DHEA: Dr. Cristina Tomasi

- Comprendere le reali funzioni del DHEA su surrene, cervello, energia, umore e sessualità.
- Conoscere i veri benefici: vitalità, tono dell'umore, libido, trofismo cutaneo e osseo.
- Saper distinguere rischi reali (acne, irsutismo da overdose) da falsi miti.
- Valutare le diverse forme: orale, sublinguale, vaginale (prasterone).
- Imparare a identificare le indicazioni cliniche: burnout, stanchezza, libido bassa, menopausa, DHEA-S basso.
- Comprendere il timing ottimale: dopo i 45–50 anni.
- Sapere quando utilizzare i galenici per personalizzare il dosaggio.
- Monitorare correttamente: DHEA-S e quadro clinico.

12.00 – 13.00: Sindrome urogenitale e pavimento pelvico, Dr Rosanna Palmiotto

- Riconoscere GSM: secchezza, atrofia, dolore, dispareunia, infezioni ricorrenti.
- Comprendere ruolo di estrogeni locali, prasterone, lubrificanti e device.
- Conoscere anatomia e funzione del pavimento pelvico in menopausa.
- Identificare disfunzioni: ipotono, ipertono, incontinenza, dolore pelvico.
- Imparare strategie terapeutiche integrate: ormoni, fisioterapia, esercizi, stili di vita.

13.00 – 14.30: LUNCH

14.30 – 15.30: Come cambia il metabolismo nella fase peri menopausale e in menopausa, *Dr. Cristina Tomasi*

- Comprendere le cause del “cambio metabolico” dopo i 40–45 anni: estrogeni, insulina, leptina, GH, cortisolo.
- Valutare perché aumenta il grasso viscerale e diminuisce la massa muscolare.
- Stabilire quale alimentazione è più efficace (low-carb, proteine, timing dei pasti).
- Capire perché l’allenamento di forza diventa indispensabile.
- Riconoscere gli integratori utili: magnesio, omega-3, funghi medicinali, AAE.
- Fornire un protocollo pratico per migliorare composizione corporea e energia.

15.30 – 16.00: Ormoni bioidentici: dalle forme farmaceutiche alla certificazione del farmaco galenico, *Farmacia San Carlo*

- Comprendere come vengono prodotti gli ormoni bioidentici galenici e in quali forme sono disponibili.
- Conoscere i requisiti di sicurezza dei laboratori certificati.
- Sapere come avvengono le certificazioni e le analisi di purezza e accuratezza del dosaggio.
- Valutare affidabilità, conformità e tracciabilità di un preparato bioidentico.
- Stabilire quando preferire una formulazione galenica rispetto a formulazioni industriali.

16.00 – 16.30: COFFEE BREAK

16.30 – 17.00: Cosa fare di fronte a perdite ematiche durante TOS, Dr. Anna Paola Cavalieri

- Comprendere le cause più comuni di spotting o sanguinamento in TOS.
- Distinguere sanguinamenti fisiologici, da adattamento e segnali di alert.
- Conoscere gli step diagnostici: visita, ecografia, endometrio, esami.
- Stabilire quando modificare estrogeni, progesterone o schema di assunzione.
- Imparare a gestire in sicurezza il follow-up.

17.00 – 18.00: I possibili effetti collaterali della TOS, Dr. Anna Paola Cavalieri

- Conoscere gli effetti collaterali più frequenti: spotting, tensione mammaria, ritenzione, cefalea.
- Riconoscere gli effetti collaterali rari ma importanti: trombosi, complicanze cardiovascolari.
- Imparare ad adattare dosaggi, vie di somministrazione e combinazioni ormonali.
- Distinguere effetti reali da paure non supportate da evidenze post-WHI.
- Fornire protocolli clinici per gestione, prevenzione e personalizzazione della terapia.

GIORNO 3

Domenica 8 febbraio 2026

8.30 – 9.00 Il grande equivoco del WHI: come i media hanno trasformato dati distorti in panico globale, *Dr. Cristina Tomasi*

- Comprendere cosa mostrava davvero il WHI e quali errori metodologici lo hanno reso fuorviante.
- Distinguere tra rischi reali della TOS e percezione distorta generata dai media.
- Analizzare l'impatto del WHI sulla pratica clinica, sulla salute delle donne e sulla ricerca successiva.
- Fornire una lettura scientificamente aggiornata utile ai professionisti per informare correttamente le pazienti.
- Imparare a comunicare evidenze complesse in modo chiaro e rassicurante.

9.00 – 10.30: Donne speciali, casi complessi e casi clinici – Parte I

Dr.ssa Rosanna Palmiotto & Dr.ssa Cristina Tomasi

Temi trattati:

- Storia di carcinoma mammario
- Rischio cardiovascolare elevato
- Controindicazioni relative o assolute alla TOS
- Miomi e fibromi uterini
- Endometriosi pregressa
- Familiarità per carcinoma endometriale
- Polimorfismo MTHFR

- Trombofilia ereditaria o acquisita (Fattore V Leiden, mutazione protrombina, APS)

Obiettivi:

- Riconoscere i casi in cui la TOS richiede valutazione avanzata o collaborazione multidisciplinare.
- Distinguere controindicazioni assolute da relative, per evitare sia rischi che rinunce non necessarie.
- Imparare a personalizzare la TOS per pazienti con rischio oncologico, cardiovascolare o trombotico aumentato.
- Fornire criteri clinici per gestire situazioni complesse in modo sicuro e basato su evidenze.
- Analizzare casi reali per ragionare sul decision-making clinico.

10.30 – 11.00: COFFEE BREAK

11.00 – 13.00: Donne speciali, casi complessi e casi clinici - Parte II

Dr.ssa Rosanna Palmiotto & Dr.ssa Cristina Tomasi

Temi trattati:

- Obesità severa e IR marcata
- Epatopatie (NAFLD/NASH, epatiti autoimmuni)
- Malattie autoimmuni (Hashimoto attivo, Sjögren, lupus lieve)
- Emicrania con o senza aura
- Storia di iperplasia endometriale
- Osteoporosi severa o con fratture
- "Late starter" >65 anni
- Disturbi psichiatrici (ansia, depressione, bipolarità, ADHD)

- Storia di infertilità o poliabortività
- Follow-up oncologico non mammario
- Precedenti chirurgie pelviche complesse o isterectomia

Obiettivi:

- Gestire la TOS nelle pazienti più fragili, complesse o ad alto rischio.
- Stabilire protocolli pratici per valutazione iniziale, scelta della terapia e follow-up personalizzato.
- Comprendere quando è preferibile estrogeno transdermico, progesterone naturale, o alternative.
- Imparare a minimizzare i rischi e massimizzare i benefici nei contesti clinici complessi.
- Rafforzare la capacità decisionale attraverso casi clinici strutturati.

13.00 – Considerazioni finali

Obiettivi

- Riassumere i punti chiave dei tre giorni di corso.
- Consolidare i criteri per una TOS sicura, personalizzata e basata sulle evidenze.
- Favorire confronto, domande cliniche e integrazione interdisciplinare.