



Terza Edizione - 2026

ACCADEMIA LIPEDEMA ITALIA

Nell'attuale panorama clinico assistenziale si sta facendo sempre più spazio una patologia sotto molti aspetti di difficile inquadramento e gestione: il Lipedema.

Si tratta di una malattia cronica, multifattoriale e su base genetica, caratterizzata da un aumento volumetrico dei distretti corporei affetti derivante dall'apposizione, simmetrica e bilaterale, di tessuto adiposo patologico associata ad uno specifico corteo sintomatologico.

Colpisce quasi esclusivamente il sesso femminile e in circa il 60% delle pazienti è presente una ricorrenza familiare tra i parenti di primo o di secondo grado, a conferma di una trasmissione genetica, seppur scostante, della stessa.

La presa in carico di queste pazienti è necessariamente multispecialistica e politerapica, prevedendo in genere il confronto di più discipline mediche, tra le quali in genere linfologo, endocrinologo, angiologo e chirurgo e la stretta collaborazione con più figure professionali per la definizione di un percorso calibrato "ad hoc" sulla condizione clinica e la storia individuale delle pazienti che prevede uno specifico trattamento fisioterapico e dietetico-nutrizionale in associazione a specifica attività motoria.

Il Corso nasce tre anni fa dalla sempre più ineludibile necessità di formare personale medico-sanitario in maniera dedicata e consona alla complessa gestione di questa tipologia di patologia.

Tale obiettivo è conseguibile fornendo agli studenti nozioni teoriche di biologia molecolare e biochimica, fisiologia e fisiopatologia e le conoscenze scientifiche aggiornate attualmente note su questa patologia.

La formazione dovrà dunque essere affrontata in maniera integrata e traslazionale rendendo edotto il discente all'utilizzo e alle possibili combinazioni di tutte le tipologie di approcci preparandolo in maniera armonica e plenaria.

La formazione su aspetti che esulano dalla disciplina e dalla pratica professionale individuale del discente, renderanno i professionisti in grado di gestire gli aspetti relazionali inerenti la presa in carico di questi pazienti, l'invio e la motivazione alla cura e al trattamento.

Nel percorso formativo verranno anche approfondite tematiche collaterali utili ad ampliare gli orizzonti culturali del discente per trarre massimo vantaggio dall'esperienza formativa sensibilizzando ad una corretta valutazione delle caleidoscopiche tematiche che gravitano attorno al mondo del lipedema.

Fondatore ALI – Dott. Lorenzo Ricolfi

Comitato Scientifico:

- Direzione Scientifica ALI – Dott. Laura Patton, Dott. Giulia Garaffo
- Segretario ALI – Dott. Andrea Mana
- Responsabili Scientifici ALI – Dott. Martina Onida, Dott. Guerzoni Marzia
- Coordinatore Docenti ALI – Dott. Valeria Reverdito

A CHI È RIVOLTA

L'iscrizione dell'Accademia (intero corso di 2 moduli con esame finale) è aperta a **tutte le professioni sanitarie e le discipline mediche**. L'accesso alle esercitazioni pratiche per la sezione fisioterapica (tecniche di trattamento manuale, strumentale e di bendaggio) è limitato invece alle seguenti figure professionali: medici, fisioterapisti ed infermieri.

Per i Personal Trainer e Laureati in Scienze Motorie invece è prevista la possibilità di ottenere:

- il Diploma Nazionale ASI "Training nel Lipedema, Livello I" previa frequenza del Modulo 1 e superamento dell'esame finale e
- il Diploma Nazionale ASI "Training nel Lipedema, Livello II" previa frequenza del Modulo 2 e superamento dell'esame finale (si specifica che sarà possibile iscriversi e frequentare tale Modulo solo dopo aver conseguito il Livello I)

CREDITI ECM

La partecipazione all'intero Anno Accademico, con superamento dell'esame finale e discussione della tesi, prevede il rilascio di 50 crediti ECM per i professionisti sanitari. Per l'ammissione all'esame di profitto è necessario partecipare almeno all'80% delle lezioni.

DURATA E SVOLGIMENTO DELLE LEZIONI

L'attività didattica si articolerà in DUE moduli di insegnamento teorico-pratico durante il mese di aprile e il mese di giugno, e sarà svolta nelle giornate di venerdì, sabato e domenica, indicativamente dalle 9.00 alle 19.00 (l'orario definitivo verrà comunicato a seguito dell'iscrizione), fatto eccezione per il Modulo II rivolto a Personal Trainer e laureati in Scienze Motorie che si svolgerà solo nelle giornate di sabato e domenica.

Le lezioni si terranno in presenza nella città di Torino. Verrà comunicata la sede didattica dopo aver effettuato l'iscrizione.

Il Modulo I è comune a tutte le professioni; il Modulo II è invece organizzato in tre diverse sezioni di insegnamento così distribuite: Sezione Nutrizione - Sezione Fisioterapia - II Modulo per Personal Trainer e Laureati in Scienze Motorie.

E' infine prevista l'ultima mezza giornata in plenaria all'interno del II Modulo, durante la quale avverrà anche l'esecuzione dell'esame finale ai fini dell'ottenimento dei crediti ECM

CORPO DOCENTI

- Dott.ssa Bortolon Micaela, Medico Internista e Angiologa, Co-Chair, Italy Chapter Lymphatic Education & Research network
- Dott.ssa Carraro Chiara, PhD, Antropologa medica, Master in yoga terapia
- Dott. Furlanetto Tiziano, Psicologo Clinico, Istruttore Mindfulness certificato (AIM e Metta Foundation), co-fondatore del Nuovo Centro Clinico
- Dott.ssa Garaffo Giulia, PhD, Biologa Nutrizionista, Ricercatrice Indipendente, Docente, Autrice e co-fondatrice del Nuovo Centro Clinico
- Dott.ssa Guerzoni Marzia, Dottoressa in Scienze Motorie e Personal Trainer
- Dott. Mana Andrea, Biologo Nutrizionista, Formatore ASI e Docente
- Dott.ssa Onida Martina, Dietista Nutrizionista, Esperta in Intuitive Eating ed Età Evolutiva, Docente
- Dott.ssa Patton Laura, Medico Chirurgo Specialista in Endocrinologia e Malattie del Ricambio, Co-Vice Chair, Italy Chapter
- Dott.ssa Reverdito Valeria, Fisioterapista, Master in linfologia Pratica Università di Torino
- Dott. Ricolfi Lorenzo, Medico Chirurgo Perfezionato in Linfologia, Co-Chair, Italy Chapter Lymphatic Education & Research network, Docente dell'International Dr. Vodder Academy
- Dott.ssa Toriello Miriam, Fisioterapista osteopata

PROGRAMMA DIDATTICO

L'Accademia propone il programma didattico e le date di seguito riportate.

MODULO 1 – 24-25-26 APRILE 2026

Introduzione e Obiettivi

- Introduzione e finalità dell'Accademia
- Attività fisica e nutrizione: basi fisiologiche e metaboliche
- Il tessuto adiposo come organo endocrino e non solo

Meccanismi e Infiammazione

- Meccanismi neuro-ormonali nel tessuto adiposo
- Principi anti e pro-infiammatori dell'attività fisica
- Infiammazione cronica di basso grado
- Il lipedema: inquadramento generale e definizione della patologia
- Principi dell'infiammazione nel lipedema
- Microbiota: introduzione all'argomento
- Intestino e sistema PNEI: matrice extracellulare, infiammazione e malattia
- Microbiota, infiammazione e sistemi di giunzione
- Lipedema e sistema linfatico
- Attività fisica sotto bendaggio
- Analisi posturale e adattamenti ortopedici
- Linee guida internazionali a confronto

Approfondimenti e Terapie

- Sistema venoso e lipedema: disfunzione endoteliale e microangiopatia
- Malattia venosa cronica e lipedema
- Approccio teorico all'intervento di liposuzione
- Utilizzo dei tutori elastocompressivi
- Profilazione della cliente in palestra con evidenze patologiche o fisiopatologiche
- Falsi miti e credenze su dieta e sport
- Basi fisiopatologiche del dolore
- La gestione fisioterapica del dolore nel lipedema
- L'équipe multidisciplinare: gestione, valutazione e invio della paziente
- Il "grasso" e il "magro": indagine antropologica e transculturale

Diagnosi e Comorbidità

- Ruolo dell'ecografia nel lipedema: diagnosi, stadiazione e trattamento conservativo
- Diagnosi differenziale: altre malattie del tessuto adiposo
- Comorbidità nel lipedema e trattamento farmacologico
- Lipedema nel sesso maschile
- Stigma e grassofobia
- Aspetti psicologici nel lipedema e ruolo del supporto psicologico

Approfondimento solo per chinesologi al fine di ottenimento del Diploma Nazionale ASI:

- Tipologie di allenamento nel Lipedema: aerobico e anaerobico, HIIT ecc ecc..
- Esercizio per il miglioramento del sistema linfatico: cosa preferire
- Programmazione dell'allenamento
- Caso clinico ed esame

MODULO 2 – 5-6-7 GIUGNO 2026

Modulo nutrizione

Principi Endocrino-Metabolici della Nutrizione

- Principi endocrino-metabolici della nutrizione
- Come la dieta può influenzare cortisolo e ormoni
- Come la nutrizione influenza il dolore
- Perturbatori endocrini

Approccio del Nutrizionista e Interventi Nutrizionali

- Approccio del nutrizionista: possibili effetti negativi sul tessuto adiposo
- Possibili interventi nutrizionali
- Possibili interventi nutrizionali – approfondimento 2 (RAD, diete vegetariane, diete antinfiammatorie)
- Ruolo iatrogeno del nutrizionista: effetti della restrizione calorica
- Interventi nutrizionali: cheto, low carb, TRF
- Approcci non prescrittivi nel lipedema
- Lipedema e il ruolo iatrogeno del nutrizionista: rischi di disturbi alimentari e ortoressia
- Stile chetogenico “home made”
- Effetto delle VLCKD sul quadro metabolico e sulla risposta glicemica

Gestione della Visita e Aspetti Relazionali

- Aspetti relazionali e gestione della visita
- Adipometria: dalla teoria alla pratica
- BIA, pliche e misurazioni, concetti teorici
- Sostituti del pasto cheto
- Cibo ultraprocessoato

Simulazioni e Casi Clinici

- Casi clinici e simulate
- Anamnesi e struttura della visita simulata

Modulo Fisioterapia

Valutazione e Gestione Fisioterapica

- Valutazione fisioterapica
- La gestione fisioterapica del paziente nel periodo pre-operatorio
- L'esercizio terapeutico nel trattamento conservativo e post-operatorio
- Il bendaggio della regione addomino-pelvica e il bendaggio nei casi complessi
- Bendaggio degli arti inferiori: dimostrazione
- Bendaggio degli arti superiori
- Training bendaggio arto inferiore

Tecniche Manuali e Strumentali

- Introduzione al massaggio multimodale: materiali
- Il massaggio connettivale profondo attualizzato al Lipedema: pratica
- Altre tecniche strumentali affiancabili al trattamento del Lipedema

Pratiche e Simulazioni

- Massaggio connettivale: pratica
- Pratica con paziente

Modulo II per Personal Trainer e laureati in Scienze Motorie

(solo 6 e 7 giugno 2026)

- Definizione di ipotono muscolare, iperlassità e ipermobilità articolare e come gestire queste condizioni durante l'allenamento
- Monitoraggio a distanza e in presenza dei progressi della cliente nel percorso di allenamento
- Intensità, volume e frequenza, come gestire questi parametri in base alla cliente
- Quale tipo di attività fisica preferire e il timing della programmazione
- Approfondimento sulla fisiologia dell'allenamento: differenza nella risposta allo stimolo tra persona con lipedema e persona senza lipedema
- L'importanza di concordare il lavoro tra PT e nutrizionista
- Focus sull'esecuzione e correzione degli esercizi
- Come migliorare la compliance della cliente
- L'importanza della distinzione tra DOMs e infiammazione cronica
- Come evitare l'infiammazione post allenamento (esercizi, stile di vita e integratori)
- Pratica con attrezzi e ciclizzazione degli allenamenti
- Esame finale ai fini del conseguimento del Diploma Nazionale ASI

In aggiunta alle lezioni frontali, sono previsti approfondimenti in differita tramite video lezioni che verranno condivise con i discenti durante i mesi di didattica.

COSTI E MODALITA' DI ISCRIZIONE

La partecipazione all'Accademia prevede un costo di:

✓ QUOTA ISCRIZIONE ANTICIPATA (EARLY BIRD): 1500€ (+ IVA 22%) per tutte le professioni mediche e sanitarie, incluso l'accREDITAMENTO ECM

Entro il 31 dicembre 2025

✓ QUOTA ISCRIZIONE INTERA (LATE BIRD): 1950€ (+ IVA 22%) per tutte le professioni mediche e sanitarie incluso l'accREDITAMENTO ECM

Entro il 15 aprile 2026

Per Laureati in Scienze Motorie e Personal Trainer il costo di partecipazione è di 350€ (IVA inclusa) per il Modulo I e 350€ per il Modulo II. L'iscrizione ad entrambi i moduli è invece pari a 600€. Il Diploma Nazionale ASI è incluso nel prezzo dell'iscrizione.

Per tutti gli iscritti che si diplomeranno sarà possibile, previo consenso, essere inseriti nella lista di professionisti formati con Accademia Lipedema Italia all'interno dell'area dedicata sul sito ufficiale.

AMMISSIONI E DOMANDA DI ISCRIZIONE

Le ammissioni all'Accademia osserveranno un numero chiuso.

Per poter procedere con l'iscrizione è necessario presentare la propria candidatura osservando i seguenti passaggi:

- scrivere una mail a info@accademialipedema.it con oggetto "Domanda di ammissione all'Accademia Lipedema Italia _ Nome e Cognome"
- nella mail indicare: il proprio titolo universitario, la propria professione, in che modalità viene svolta (privato o pubblico, presso un centro o in autonomia etc) e in breve la motivazione per cui si intende partecipare all'Accademia
- allegare alla mail una "short version" del proprio Curriculum Vitae
- attendere comunicazione da parte della Direzione Scientifica dell'Accademia dell'idoneità all'iscrizione e procedere quindi al pagamento della quota di iscrizione contattando il Provider di riferimento