

INTEGRATORI PER LA TIROIDE: TRA FAKE NEWS E GOOD NEWS

- 26 MARZO 2026 -

ISTITUTO DE FILIPPI

Via L. Brambilla n.15 - VARESE

Relatore: Dr.ssa Eliana A.R. PANTANIDA



PROGRAMMA

Sessione 1

INTRODUZIONE AL TEMA: I CONSIGLI DI DR. GOOGLE SULLA SALUTE DELLA TIROIDE

Orario: 20:45 – 21:45

Sessione 2

IL RUOLO DI IODIO, SELENIO E VITAMINA D

Orario: 21:45 – 22:30

Sessione 3

ALIMENTAZIONE E TIROIDE

Orario: 22:30 – 23:15

Sessione 4

CONFRONTO E DIBATTITO

Orario: 23:15 – 23:30

Sessione 5

VERIFICA DELL'APPRENDIMENTO

Orario: 23:30 – 23:45

INTEGRATORI PER LA TIROIDE: TRA FAKE NEWS E GOOD NEWS

- 26 MARZO 2026 -

ISTITUTO DE FILIPPI

Via L. Brambilla n.15 - VARESE

Relatore: Dr.ssa Eliana A.R. PANTANIDA



ABSTRACT

Sempre più persone affette da malattie della tiroide sono alla ricerca di strategie complementari, se non alternative, rispetto alla terapia medica convenzionale, con l'obiettivo di migliorare il proprio stato di salute e benessere generale.

Tra le strategie più diffuse è facile reperire diete specificatamente progettate per favorire la salute tiroidea e suggerimenti relativi a modifiche nelle abitudini alimentari, compresa l'esclusione di alcuni cibi ritenuti dannosi, e all'assunzione di integratori, ampiamente disponibili sul mercato e molto pubblicizzati.

Tuttavia, nel tentativo di trovare risposte affidabili, spesso ci si imbatte in informazioni errate o fuorvianti, che possono generare confusione e, in alcuni casi, esporre a rischi per la salute.

E' quindi fondamentale affidarsi a professionisti qualificati, in grado di fornire informazioni scientificamente validate, contribuendo a distinguere i fatti certi dalle "fake news".

L'obiettivo formativo del Corso è quello di condividere con il Discente conoscenze aggiornate e supportate da evidenze scientifiche riguardo al ruolo dei principali micronutrienti essenziali per l'omeostasi tiroidea, quali Iodio e Selenio, all'assunzione di integratori, all'influenza di un adeguato stato vitaminico D e al reale impatto sulla salute della tiroide di determinati alimenti, come le verdure della famiglia delle Brassicacee e i prodotti a base di soia, e di particolari regimi dietetici, come la dieta senza glutine.

**FORMATO EUROPEO
PER IL CURRICULUM
VITAE**



INFORMAZIONI PERSONALI

Nome	Eliana Angela Rosa Piantanida
Indirizzo	Via Ticino, 53/2 21010 Ferno (Varese)
Telefono	+39 3343154617; +39 332 278325 (Lav.)
Fax	+39 332 393308 (Lav.)
E-mail	elianaangela.piantanida@asst-settelaghi.it eliana.piantanida@uninsubria.it eliana-piantanida@pec.it
Nazionalità	Italiana
Data di nascita	29 luglio 1965

ESPERIENZA LAVORATIVA

- | | |
|---|--|
| • Date (da – a) | Dal 3 novembre 2023 ad oggi: Titolare dell' Incarico di Altissima Professionalità quale articolazione interna di Struttura Complessa "Inquadramento diagnostico e gestione terapeutica del paziente con obesità" (Provvedimento deliberativo n. 650 del 3 novembre 2023) |
| • Nome e indirizzo del datore di lavoro | A.S.S.T. dei Sette Laghi, Ospedale di Circolo e Fondazione Macchi, Viale Borri, 57 - 21100 Varese |
| • Tipo di azienda o settore | Azienda Ospedaliera |
| • Tipo di impiego | Dirigente medico a tempo pieno |
| • Principali mansioni e responsabilità | Coordinamento dell'attività di gestione del paziente con obesità, stesura e aggiornamento del PTDA dedicato |
| • Date (da – a) | Dal 25 Novembre 2020 ad oggi: Sostituto nominato del Direttore della S.C. Endocrinologia |
| • Nome e indirizzo del datore di lavoro | A.S.S.T. dei Sette Laghi, Ospedale di Circolo e Fondazione Macchi, Viale Borri, - 21100 Varese |
| • Tipo di azienda o settore | Azienda Ospedaliera |
| • Tipo di impiego | Dirigente medico a tempo pieno |
| • Principali mansioni e responsabilità | Sostituto del Direttore |
| • Date (da – a) | Aprile 2005 ad oggi: Dirigente medico universitario S.C. Endocrinologia |
| • Nome e indirizzo del datore di lavoro | Università degli Studi dell'Insubria, Via Ravasi, 2 - 21100 Varese, convenzionato con A.S.S.T. dei Sette Laghi, Ospedale di Circolo e Fondazione Macchi, Viale Borri, 57 - 21100 Varese |
| • Tipo di azienda o settore | Azienda Ospedaliera |
| • Tipo di impiego | Dirigente medico a tempo pieno |
| • Principali mansioni e responsabilità | Ambulatorio di Endocrinologia generale; Ambulatorio dedicato post-chirurgia |

tiroidea, paratiroidea, surrenalica; Ambulatorio dedicato all'Obesità (Responsabile); Ambulatorio dedicato pre- e post-Chirurgia bariatrica (Responsabile); MAC endocrino-metabolico con finalità diagnostica e terapeutica (Responsabile); consulenze specialistiche presso i Reparti di degenza dell'A.S.S.T.; attività diagnostica strumentale (ecografia tiroidea e paratiroidea, agoaspirato tiroideo/linfonodale sotto guida ecografica, impedenziometria per la valutazione della composizione corporea, monitoraggio dinamico della pressione arteriosa delle 24 ore)

- Date (da – a) Giugno 2002-Marzo 2005: Titolare di incarico libero-professionale per lo svolgimento di attività assistenziale presso la S.C. Endocrinologia
- Nome e indirizzo del datore di lavoro A.S.S.T. dei Sette Laghi, Ospedale di Circolo e Fondazione Macchi, Viale Borri, 57 - 21100 Varese
- Tipo di azienda o settore Azienda ospedaliera
- Tipo di impiego Dirigente medico a tempo pieno
- Principali mansioni e responsabilità Ambulatorio di Endocrinologia generale; consulenze specialistiche presso i Reparti di degenza dell'A.S.S.T.; attività diagnostica strumentale (ecografia tiroidea e paratiroidea, agoaspirato tiroideo/linfonodale sotto guida ecografica)

- Date (da – a) Marzo-Agosto 2000: Medico frequentatore
- Nome e indirizzo del datore di lavoro Istituto di Scienze Endocrine, Ospedale Policlinico (Direttore Prof. Paolo Beck-Peccoz)
- Tipo di azienda o settore Ospedale/Università
- Tipo di impiego Medico frequentatore
- Principali mansioni e responsabilità Attività clinico-assistenziale (Day Hospital, Ambulatori di Endocrinologia generale)

- Date (da – a) Luglio 1988-Maggio 2002
- Nome e indirizzo del datore di lavoro Divisione di Medicina Interna (Direttore Prof. Achille Venco), Ospedale di Circolo e Fondazione Macchi, Varese
- Tipo di azienda o settore Ospedale/Università
- Tipo di impiego Studente interno fino al marzo 1991, poi Medico interno, Medico Specializzando in Medicina Interna dal 1995 al 2000, quindi Medico specialista interno
- Principali mansioni e responsabilità Attività clinico-assistenziale (Degenza ordinaria, Day Hospital, Ambulatorio di Endocrinologia Generale)

- Date (da – a) Novembre 2018 ad oggi: Professore associato di Endocrinologia
- Nome e indirizzo del datore di lavoro Università degli Studi dell'Insubria, Via Ravasi, 2 - 21100 Varese
- Tipo di azienda o settore Università
- Tipo di impiego Professore associato di Endocrinologia
- Principali mansioni e responsabilità Presidente del Corso Integrato di Scienze Interdisciplinari Cliniche 1 del Corso di studio di Igiene dentale
Docente di Endocrinologia del Corso di studio di Igiene dentale
Docente di Endocrinologia del Corso di laurea in Odontoiatria e protesi dentaria
Docente del Corso di Laurea in Scienze delle attività motorie preventive e adattate, Insegnamento di Approccio delle patologie metaboliche
Docente di Endocrinologia per l'Attività didattica elettiva (ADE) nell'ambito del Corso di Laurea in Medicina e Chirurgia dell'Università degli Studi dell'Insubria
Tutor per i Medici del Corso Triennale di Formazione specifica in Medicina Generale Polis Lombardia presso il Polo Formativo ATS Insubria

	Docente della Scuola di Specializzazione in Endocrinologia e Malattie del Metabolismo
	Docente della Scuola di Specializzazione in Malattie dell'Apparato Cardiovascolare
	Docente della Scuola di Specializzazione in Odontoiatria Pediatrica
	Docente della Scuola di Specializzazione in Medicina dello Sport e dell'Esercizio fisico
	Docente del Master di II Livello in Senologia
	Docente del Master di II Livello in Elettrofisiologia ed Elettrostimolazione cardiaca
	Membro del Collegio Docenti del Dottorato in Medicina Sperimentale e Traslazionale
• Date (da – a)	Marzo 2005-Ottobre 2018
• Nome e indirizzo del datore di lavoro	Ricercatore Universitario (confermato dal Marzo 2008) di Endocrinologia Università degli Studi dell'Insubria, Via Ravasi, 2 - 21100 Varese
• Tipo di azienda o settore	Università
• Tipo di impiego	Ricercatore di Endocrinologia
• Principali mansioni e responsabilità	Docente di Endocrinologia del Corso di laurea in Odontoiatria e protesi dentaria Docente della Scuola di Specializzazione in Endocrinologia e Malattie del Metabolismo Docente della Scuola di Specializzazione in Malattie dell'Apparato Cardiovascolare Docente del Master di II Livello in Senologia Membro del Collegio Docenti del Dottorato in Medicina Sperimentale e Traslazionale
• Date (da – a)	15 Luglio 2003-15 Dicembre 2004
• Nome e indirizzo del datore di lavoro	Titolare di Contratto di Collaborazione Coordinata e Continuativa Dipartimento di Scienze Cliniche e Biologiche Università degli Studi dell'Insubria, Via Ravasi, 2 - 21100 Varese
• Tipo di azienda o settore	Università
• Tipo di impiego	Contratto di Collaborazione Coordinata e Continuativa
• Principali mansioni e responsabilità	Attività di ricerca nell'ambito del Progetto "Studi sui rapporti tra microchimerismo fetale e tireopatie autoimmuni"
• Date (da – a)	1° marzo 2002 al 30 aprile 2002, con interruzione di 6 mesi (rinuncia, per sopraggiunto rinnovo di incarico libero-professionale) e ripresa fino all'8 gennaio 2003
• Nome e indirizzo del datore di lavoro	Titolare di Assegno di ricerca Dipartimento di Scienze Cliniche e Biologiche Università degli Studi dell'Insubria, Via Ravasi, 2 - 21100 Varese
• Tipo di azienda o settore	Università
• Tipo di impiego	Assegnista di ricerca
• Principali mansioni e responsabilità	Attività di ricerca sul tema "Relazioni tra concentrazioni plasmatiche di peptidi natriuretici, parametri antropometrici, valori pressori e caratteristiche morfo-funzionali del ventricolo sinistro in soggetti obesi, normotesi e ipertesi. Effetti del calo ponderale"
• Date (da – a)	1° Marzo 2001-28 Febbraio 2002
	Titolare di Assegno di ricerca

- Nome e indirizzo del datore di lavoro
 - Tipo di azienda o settore
 - Tipo di impiego
 - Principali mansioni e responsabilità
- Dipartimento di Scienze Cliniche e Biologiche Università degli Studi dell'Insubria, Via Ravasi, 2 - 21100 Varese
 Università
 Assegnista di ricerca
 Attività di ricerca sul tema "Relazioni tra concentrazioni plasmatiche di peptidi natriuretici, parametri antropometrici, valori pressori e caratteristiche morfo-funzionali del ventricolo sinistro in soggetti obesi, normotesi e ipertesi. Effetti del calo ponderale"
- Date (da – a)
- Aprile 1993-Marzo 1994
 Borsista
- Nome e indirizzo del datore di lavoro
 - Tipo di azienda o settore
 - Tipo di impiego
 - Principali mansioni e responsabilità
- Divisione di Medicina Generale, Ospedale di Circolo e Fondazione Macchi, Viale Borri, 57 - 21100 Varese
 Ospedale
 Medico interno
 Attività di ricerca e studio; attività di docenza per l'insegnamento di Patologia Medica presso la Scuola per Infermieri Professionali e presso la Scuola per Terapisti della Riabilitazione dell'Ospedale di Circolo di Varese

ISTRUZIONE E FORMAZIONE

- Date (da – a)
 - Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione
 - Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio
 - Qualifica conseguita
 - Livello nella classificazione nazionale (se pertinente)
 - Date (da – a)
 - Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione
 - Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio
 - Qualifica conseguita
 - Livello nella classificazione nazionale (se pertinente)
 - Date (da – a)
 - Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione
 - Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio
 - Qualifica conseguita
 - Livello nella classificazione nazionale (se pertinente)
 - Date (da – a)
- 1995-2000: Specializzazione in Medicina Interna
 Università degli Studi dell'Insubria, Varese
 Medicina Interna
 Specialista in Medicina Interna con la votazione di 50/50 e lode
- 1992-1995: Specializzazione in Endocrinologia Sperimentale
 Università degli Studi di Milano
 Endocrinologia
 Specialista in Endocrinologia Sperimentale con la votazione di 70/70 e lode
- Giugno 1991: Abilitazione all' esercizio della professione medico-chirurgica (prima sessione dell'anno 1991)
 Università degli Studi di Pavia
 Medicina
 Iscrizione all'Albo professionale dei Medici Chirurghi e Odontoiatri della Provincia di Varese dal 4 Giugno 1991 (numero 04684)
- 1985-1991: Laurea in Medicina e Chirurgia

- Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione
 - Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio
 - Qualifica conseguita
 - Livello nella classificazione nazionale (se pertinente)

Università degli Studi di Pavia

Medicina

Laurea in Medicina e Chirurgia con la votazione di 110/110 e lode

- Date (da – a)
- Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione
 - Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio
 - Qualifica conseguita
 - Livello nella classificazione nazionale (se pertinente)

Anno scolastico 1983/1984: Maturità classica

Liceo Classico “G. Pascoli”, Gallarate (VA)

Diploma di Maturità classica con la votazione di 60/60

CAPACITÀ E COMPETENZE

PERSONALI

Acquisite nel corso della vita e della carriera ma non necessariamente riconosciute da certificati e diplomi ufficiali.

PRIMA LINGUA

Italiano

ALTRE LINGUE

- Capacità di lettura
- Capacità di scrittura
- Capacità di espressione orale

Inglese

Buona

Buona

Buona

Francese

Buona

Buona

Elementare

CAPACITÀ E COMPETENZE

RELAZIONALI

Vivere e lavorare con altre persone, in ambiente multiculturale, occupando posti in cui la comunicazione è importante e in situazioni in cui è essenziale lavorare in squadra (ad es. cultura e sport), ecc.

Come Dirigente medico della S.C. Endocrinologia, ha rapporti quotidiani con i Pazienti e con i componenti medici e non medici della Struttura assistenziale.

Come Docente dell'Università degli Studi dell'Insubria, interagisce regolarmente con Medici specializzandi e studenti del Corso di Laurea in Medicina e Chirurgia e dei Corsi di Laurea e di Studi in cui è titolare di insegnamento.

In qualità di Tutor, interagisce con i Medici del Corso Triennale di Formazione specifica in Medicina Generale Polis Lombardia presso il Polo Formativo ATS Insubria.

CAPACITÀ E COMPETENZE

ORGANIZZATIVE

Ad es. coordinamento e amministrazione di persone, progetti, bilanci; sul posto di lavoro, in attività di volontariato (ad es. cultura e sport), a casa, ecc.

CAPACITÀ E COMPETENZE
TECNICHE

*Con computer, attrezzature specifiche,
macchinari, ecc.*

Buona conoscenza dei principali programmi per l'utilizzo del computer a scopo scientifico, didattico ed assistenziale.

Utilizzo dell'ecografo per l'esecuzione di ecografie tiroidee ed agoaspirati tiroidei sotto guida ecografica.

Utilizzo dell'analizzatore mediante bioimpedenza per la determinazione della composizione corporea e interpretazione dei risultati.

Utilizzo dell'apparecchio per il monitoraggio dinamico della pressione arteriosa delle 24 ore e interpretazione dei risultati.

CAPACITÀ E COMPETENZE
ARTISTICHE

Musica, scrittura, disegno ecc.

ALTRE CAPACITÀ E COMPETENZE

*Competenze non precedentemente
indicate.*

Membro delle seguenti Società Scientifiche:

European Society of Endocrinology (ESE)

Società Italiana di Endocrinologia (SIE)

Associazione Italiana della Tiroide (AIT)

Associazione Medici Endocrinologi (AME)

Associazione Medici Diabetologi (AMD)

Associazione Italiana di Dietetica e Nutrizione Clinica (ADI)

Consigliere del Comitato SIE Lombardia

Consigliere dell'Associazione Italiana della Tiroide (AIT)

Membro dell'Editorial Board della rivista Journal of Endocrinological Investigation

Associate Editor della rivista Frontiers in Endocrinology

Membro dell'Editorial Board di Gut Endocrinology in qualità di Review Editor

Membro del Topical Advisory Panel della rivista Metabolites

Svolge regolarmente attività di peer reviewer per numerose riviste scientifiche di area endocrino-metabolica

Responsabile scientifico di Convegni su tematiche endocrino-metaboliche:

Progetto InSIEme: campagna gratuita di informazione e screening delle malattie endocrino-metaboliche

Milano, 27 maggio 2023 (Gruppo di Coordinamento SIE Lombardia)

Diabesità oggi. Il ruolo della dieta chetogenica

Evento Webinar SIE Lombardia

30 settembre 2021

La VITAmiNa D nella VITA della Donna

Varese, 12 aprile 2019

I mille volti della vitamina D

Varese, 30 giugno 2017

Il grande obeso: dalla diagnosi alla terapia, al follow-up

Varese, 13 novembre 2015

Riconoscimenti per l'attività scientifica:

Premio del Journal of Endocrinological Investigation Best Reviewer Award 2019

Premio dell'Associazione Italiana di Dietetica e Nutrizione Clinica (ADI) per il migliore poster presentato al XVIII Corso Nazionale ADI "Studio della correlazione tra indice di massa corporea, indice di massa cellulare corporea e spesa energetica valutata con calorimetria indiretta, in pazienti affette da anoressia nervosa in trattamento di cura intensivo residenziale" - Roma 24-26

ottobre 2019

Premio dell'Associazione Italiana della Tiroide (AIT) per il poster presentato al XI Congresso Associazione Italiana della Tiroide "Valutazione preoperatoria del grande obeso candidato alla chirurgia bariatrica: osservazioni a favore dell'introduzione dello screening morfo-funzionale tiroideo" - Torino 30 novembre-2 dicembre 2017

Premio della Società Italiana di Endocrinologia (SIE) per il miglior poster presentato al 33° Congresso Nazionale SIE "Identification of a novel calcium-sensing receptor gene mutation in a family with familial hypocalciuric hypercalcemia" - Sorrento 27-30 Maggio 2009

Premio dell'Associazione Italiana della Tiroide (AIT) per il poster presentato al II Congresso AIT - XXVI Giornate Italiane della Tiroide "Ectopic submandibular thyroid tissue with a coexisting normally located multinodular goiter" - Aosta 3-5 Dicembre 2008

Componente del Consiglio del Centro di Ricerche su Obesità e disturbi del comportamento alimentare afferente al Dipartimento di Medicina Clinica e Sperimentale (istituito con delibera del Senato Accademico dell'Università degli Studi dell'Insubria in data 21 luglio 2011), dalla sua istituzione fino alla sua disattivazione (dal 21 Luglio 2011 al 31 Dicembre 2015)

Nel 2019 ha partecipato alla stesura del Percorso Diagnostico-Terapeutico Assistenziale sulla Chirurgia Bariatrica

Nel 2011 ha partecipato alla stesura del Percorso Diagnostico-Terapeutico Assistenziale della persona con diabete in Ospedale

Autore o coautore di 239 pubblicazioni suddivise come segue:

95 Lavori a stampa su Riviste Internazionali peer reviewed con Impact Factor

19 Lavori a stampa su Riviste nazionali

12 Capitoli di Libro o Monografie

36 Abstracts presentati a Congressi Internazionali

77 Abstracts presentati a Congressi Nazionali

PATENTE O PATENTI

Patente di guida B

ULTERIORI INFORMAZIONI

Dal 1996 ad oggi ha tenuto oltre 55 Relazioni su invito in occasione di Convegni, Congressi o Corsi di formazione locali, regionali, nazionali e internazionali, principalmente su tematiche di area endocrino-metabolica
Nell'ambito dell'attività di ricerca, limitatamente all'area endocrino-metabolica:

- Partecipazione allo studio multicentrico "INSAX – Utilizzo di liraglutide sul mercato europeo per la gestione del peso: studio di analisi retrospettiva delle cartelle cliniche" (17 aprile - 12 luglio 2019)

- Responsabile del progetto di ricerca dal titolo "Effetti del Myo-inositolo in associazione a un regime dietetico moderatamente ipocalorico sulla composizione corporea e su parametri metabolici in pazienti con sindrome dell'ovaio policistico senza o con sindrome metabolica" con assegnazione di finanziamento da fondi FAR esercizio 2011

- Responsabile del progetto di ricerca dal titolo "Effetti di una supplementazione di NOPE (N-Oleil-Fosfatidil-Etanolamina) ed EGCG (EpiGalloCatechinGallato) in associazione a un regime dietetico moderatamente ipocalorico sulla composizione corporea e su parametri endocrino-metabolici in pazienti sovrappeso e obesi" con assegnazione di finanziamento da fondi FAR esercizio 2009

Settembre 2018-Giugno 2019

Co-responsabile del Progetto di cultura alimentare (Corso di formazione destinato al PTA dell'Università degli Studi dell'Insubria) "Tutti a tavola. Scelgo di mangiare bene, vivo meglio"

Marzo 2003

Frequenza del Corso avanzato di Ecografia in Endocrinologia,
Azienda Ospedaliero Universitaria Pisana

ALLEGATI

Il sottoscritto è a conoscenza che, ai sensi dell'art. 26 della legge 15/68, le dichiarazioni mendaci, la falsità negli atti e l'uso di atti falsi sono puniti ai sensi del codice penale e delle leggi speciali.

Autorizzo il trattamento dei miei dati personali ai sensi del Decreto Legislativo 30 Giugno 2003 n° 196 Codice in materia di protezione dei dati personali

Varese, 20 febbraio 2026

Prof.ssa Eliana Angela Rosa Piantanida
C.F. PNTLNG65L69D543P

