

LINK: [http://www.quotidianosanita.it/scienza-e-farmaci/articolo.php?articolo\\_id=93933](http://www.quotidianosanita.it/scienza-e-farmaci/articolo.php?articolo_id=93933)

Redazione | Pubblicità | Contatti

quotidiano**sanità**.it

Scienza e Farmaci

Quotidiano on line  
di informazione sanitaria  
Mercoledì 24 MARZO 2021

QS

Home | Cronache | Governo e Parlamento | Regioni e Asl | Lavoro e Professioni | Scienza e Farmaci | Studi e Analisi | Archivio

segui **quotidiano**sanità**.it**



[Tweet](#) [Condividi 1](#) [stampa](#)

## Le nuove App che aiutano a prevenire il declino cognitivo

**Publicati i risultati di uno studio finanziato dall'Unione Europea e coordinato dall'Università di Torino che ha valutato i benefici di alcune app con "giochi" per stimolare le funzioni cognitive e programmi per incoraggiare l'attività fisica evidenziando notevoli benefici nel mantenimento di una buona qualità della vita in chi le usava rispetto a chi non ne faceva uso.**



**24 MAR** - Prevenire e arrestare la fragilità e il declino cognitivo, garantendo una buona qualità della vita nell'invecchiamento. È questa una delle maggiori sfide per la sanità del 21° secolo: la maggiore aspettativa di vita degli ultimi decenni si traduce infatti in un significativo aumento del numero di persone affette da demenza che, com'è noto, si manifesta soprattutto negli anziani.

In Europa sono quasi 9 milioni i pazienti con demenza di cui 1.200.000 in Italia, paese che presenta un'elevata prevalenza di soggetti anziani. Nel 2015 i pazienti con malattia di Alzheimer e demenze correlate erano circa 47 milioni nel mondo, un numero destinato a triplicarsi nel 2050 in mancanza di strategie efficaci per prevenire il deficit cognitivo e rallentarne la progressione.

Le malattie neurodegenerative sono caratterizzate da una lunga fase preclinica - che può durare anche 20 anni - in cui i meccanismi responsabili delle lesioni cerebrali sono già attivi ma causano sintomi modesti, che non interferiscono in modo significativo sulla vita quotidiana. Con il passare degli anni, tuttavia, questi deficit si aggravano fino a evolvere in una demenza conclamata.

Un aiuto importante, arriva dalle nuove tecnologie digitali, efficaci nel monitorare primi sintomi di deficit cognitivo e attuare quanto prima le strategie di prevenzione. Lo dimostrano i risultati - pubblicati sulla rivista *Age and Ageing* della British Geriatrics Society - del **progetto di ricerca My-AHA** - My Active and Healthy Aging, coordinato da **Alessandro Vercelli**, Dipartimento di Neuroscienze Rita Levi Montalcini e direttore del NICO Neuroscience Institute Cavalieri Ottolenghi dell'Università di Torino, e finanziato dalla Comunità europea nell'ambito del Programma Horizon 2020.

**Il progetto My-AHA, forte della sinergia di 15 centri di ricerca e aziende ICT europei ed extra-UE** (Australia, Giappone e Corea del Sud), ha portato in 4 anni allo sviluppo e validazione di una piattaforma

tecnologica che - integrando una serie app - è in grado di monitorare lo stato di salute, rilevando precocemente il rischio di fragilità, e suggerire - in parallelo - attività utili per prevenire il deficit cognitivo e mantenere una buona qualità di vita nei soggetti anziani.

Valore aggiunto di My-AHA l'approccio integrato che ha unito le competenze multidisciplinari di medici, ingegneri ed esperti di informatica, questi ultimi - afferenti all'Istituto di Biomeccanica di Valencia, all'Università di Siegen (Germania), all'Istituto Fraunhofer (Portogallo) e ad alcune piccole imprese europee - coordinati dall'ing. **Marco Bazzani** della Fondazione LINKS di Torino. Le attività psicologiche e fisiche sono state invece monitorate e stimolate mediante protocolli disegnati dalle Università di Loughborough e di Siegen.

**Lo studio.** Dopo uno screening iniziale di alcune migliaia di persone in Italia (Università di Torino), Giappone (Università di Tohoku), Spagna (Istituto Gesmed di Valencia), Austria (Johanniter Inst. di Vienna) e Australia (Università della Sunshine Coast), sono stati selezionati 200 soggetti di età maggiore di 65 anni in condizione di pre-fragilità fisica, cognitiva o psicosociale.

QS **newsletter**

**ISCRIVITI ALLA NOSTRA NEWS LETTER**

Ogni giorno sulla tua mail tutte le notizie di  
Quotidiano Sanità.

QS **gli speciali**



**VACCINI COVID.**  
**Efficacia e sicurezza**  
**Pfizer-BioNTech,**  
**Moderna e AstraZeneca**

tutti gli speciali

**iPiùLetti [7 giorni] [30 giorni]**

- 1** AstraZeneca. Ecco i sintomi da tenere sotto controllo dopo la vaccinazione. Ema aggiorna le schede informative del vaccino sul rischio di trombocitopenia e di disturbi della coagulazione
- 2** Covid. Arriva il nuovo piano vaccini: individuate 5 categorie per età e fragilità. Gli ultimi ad essere vaccinati gli under 60. Restano priorità per scuola, militari, polizia e comunità

Le persone selezionate, divise in due gruppi, hanno partecipato per un periodo complessivo di 18 mesi allo studio clinico di validazione della piattaforma My-AHA, coordinato dal prof. **Innocenzo Rainero**, della Clinica Neurologica del Dipartimento di Neuroscienze UniTo, Città della Salute e della Scienza di Torino, responsabile del workpackage clinico del progetto.

I partecipanti di entrambi i gruppi hanno caricato sui loro smartphone le app My-AHA, e sono stati costantemente monitorati mediante la piattaforma tecnologica sviluppata per il progetto e delle visite regolari per valutarne l'attività fisica, cognitiva e sociale, l'alimentazione e il sonno. Il primo gruppo (di controllo) è stato seguito secondo i normali standard assistenziali, mentre il secondo ha ricevuto anche l'intervento multifattoriale della piattaforma My-AHA: 100 soggetti hanno quindi utilizzato delle app con "giochi" per stimolare le funzioni cognitive e programmi per incoraggiare l'attività fisica. Inoltre, i partecipanti del secondo gruppo sono stati coinvolti in attività sociali (gite, visite ai musei, occasioni conviviali) e incentivati ad adottare una corretta alimentazione e una appropriata igiene del sonno.

"Dopo 12 mesi abbiamo comparato i risultati dei soggetti che usavano regolarmente le diverse app con quelli del gruppo di controllo. Questi ultimi – spiega Innocenzo Rainero – hanno dimostrato al termine dello studio un peggioramento significativo della qualità di vita, misurato con una apposita scala dell'Organizzazione Mondiale della Sanità. Al contrario, i soggetti nel gruppo 'attivo' hanno mantenuto una buona qualità di vita e la differenza tra i due gruppi, come indicano i dati pubblicati su Age and Ageing, è risultata statisticamente significativa. Inoltre - continua Rainero – i soggetti che hanno utilizzato la piattaforma e gli interventi suggeriti da My-AHA dimostrano un significativo miglioramento del tono dell'umore e del comportamento alimentare: due parametri molto importanti per la prevenzione delle patologie correlate all'età".

"Questo studio - aggiunge Alessandro Vercelli - conferma che, se si interviene precocemente, è possibile mantenere una buona qualità di vita nelle persone anziane, prevenendo o rallentando l'evoluzione delle malattie neurodegenerative che causano demenza. Ancora, conferma che per prevenire la malattia di Alzheimer e le demenze correlate è necessario intervenire su diversi fattori di rischio, inclusi l'attività fisica, la funzione cognitiva, lo stato psicologico ma anche l'isolamento sociale. Un precoce intervento su più ambiti - conclude il coordinatore del progetto My-AHA - sembra essere la strada maestra per prevenire le demenze. Lo studio dimostra inoltre che la tecnologia della informazione e comunicazione (ICT) può essere di grande aiuto nell'assistenza dell'anziano".

24 marzo 2021

© Riproduzione riservata

Commenti: 0 Ordina per

---

Aggiungi un commento...

 Plug-in Commenti di Facebook

#### Altri articoli in Scienza e Farmaci

 **Vaccino AstraZeneca. Aifa invita gli operatori sanitari a vigilare su "segni e sintomi di tromboembolia e/o trombocitopenia"**

 **Covid. Milioni di dosi "nascoste" in Italia? Su AstraZeneca l'ennesima "tempesta" in una fialetta**

 **Spesa farmaceutica. Nei primi 11 mesi del 2020 ospedaliera sfiora il tetto di 2,6 mld**

 **La sostituzione totale del ginocchio è costo-efficace, anche con obesità e comorbidità**

 **Covid. A Pisa al via la sperimentazione clinica del vaccino italiano Reithera**

 **Vaccini anti Covid. "I pazienti con demenza siano inclusi nelle categorie fragili". L'appello di Società scientifiche, Associazioni di pazienti e Cittadinanzattiva**

- 3 **Sindrome post-Covid-19: quali sono gli effetti a lungo termine del coronavirus?**
- 4 **Nobel. I professionisti sanitari italiani candidati a quello per "La pace". Ecco come nasce la proposta**
- 5 **AstraZeneca. Ecco perché la Germania ha sospeso la vaccinazione. Il documento del Paul Ehrlich Institut che ha convinto Angela Merkel**
- 6 **Ma perché dovrei farmi vaccinare con un vaccino che nel 40% dei casi non funziona?**
- 7 **Covid-19 e influenza. Molti sintomi sono uguali ma anche senza tampone a volte è possibile distinguerli. Intervista alla prof. Calderaro**
- 8 **Vaccino Pfizer. Ema: "La seconda dose va somministrata dopo tre settimane dalla prima"**
- 9 **Covid. A 21 giorni dalla prima dose anticorpi già sviluppati nel 99% dei sanitari vaccinati. Il monitoraggio del Bambino Gesù**
- 10 **Covid. "Anche dalla pelle i segni dell'infezione". Dai dermatologi le linee guida per i cittadini**

#### Quotidianosanità.it

Quotidiano online  
d'informazione sanitaria.  
**QS Edizioni srl**  
P.I. 12298601001

Via Boncompagni, 16  
00187 - Roma

Via Vittore Carpaccio, 18

#### Direttore responsabile

Cesare Fassari

#### Direttore editoriale

Francesco Maria Avitto

#### Presidente e AD

Vincenzo Coluccia

#### Direttore generale

#### Redazione

Tel (+39) 06.59.44.62.23  
Tel (+39) 06.59.44.62.26  
Fax (+39) 06.59.44.62.28  
[redazione@qsedizioni.it](mailto:redazione@qsedizioni.it)

#### Pubblicità

Tel. (+39) 06.89.27.28.41  
[commerciale@qsedizioni.it](mailto:commerciale@qsedizioni.it)

Copyright 2013 © QS Edizioni srl.

Tutti i diritti sono riservati  
- P.I. 12298601001  
- iscrizione al ROC n. 23387  
- iscrizione Tribunale di Roma n.  
115/3013 del 22/05/2013

Riproduzione riservata.  
[Policy privacy](#)

Chi sceglie di proseguire nella navigazione su questo sito oppure di chiudere questo banner, esprime il consenso all'uso dei cookie. [Privacy Policy](#)