

**L'indagine
Spaventati dal tempo che passa**

Non è soltanto questione di malattie e parametri alterati. Molto nella qualità di vita degli anziani è determinato dalla percezione che si ha del proprio

invecchiamento. Come suggerisce un'indagine pubblicata in questi giorni su Plos One e condotta su centinaia di over 55. Rispetto agli altri fattori valutati nello studio - come l'autostima, i contatti con i familiari, la situazione finanziaria - la ricerca ha evidenziato come il disagio

psicologico e la percezione positiva dell'invecchiamento abbiano il più forte e diretto impatto sulla qualità della vita dei partecipanti. Predittori che, dicono i ricercatori, «devono essere presi in considerazione per intervenire e garantire un invecchiamento al meglio».

Healthy aging

La app scopre se stai invecchiando

Un paio di occhiali e un contapassi: basteranno a scoprire i segni della degenerazione. Per correre ai ripari

di SARA PERO

Basterà indossare alcuni dispositivi per nulla invasivi, come contapassi o fitband, e degli occhiali particolari per stanare i primi segni dell'invecchiamento nell'anziano. E combatterli, o addirittura posticiparli, grazie a degli opportuni cambiamenti negli stili di vita.

È questo l'ambizioso obiettivo del progetto internazionale *My Active and Healthy Ageing* - finanziato dal programma europeo Horizon 2020 - che ha riunito numerosi gruppi di ricerca, università e piccole imprese europee (Germania, Inghilterra, Olanda, Portogallo, Spagna), oltre che tre università extraeuropee (Australia, Corea del Sud e Giappone) per

sperimentare l'efficacia di nuove strategie per la diagnosi precoce delle problematiche legate alle fragilità fisiche, cognitive, psicologiche e sociali che sono legate all'invecchiamento, già a partire dai 55-60 anni di età.

Come spiega Alessandro Vercelli, coordinatore del progetto e direttore del Neuroscienze Institute Cavalieri Ottolenghi e del Dipartimento di Neuroscienze dell'Università di Torino: «In questo contesto la tecnologia ci fornisce un valido aiuto sia per la diagnosi sia per la terapia. Mediante l'utilizzo degli smartphone e della fitband, ad esempio, possiamo raccogliere i dati su attività fisica, equilibrio, abilità di memoria, interazioni sociali, il sonno e le abitudini alimentari del singolo individuo, giorno dopo giorno». Lo scopo è quello

**INNOVAZIONE
PIEMONTE**

Da domenica 14 a domenica 21 torna la sesta edizione del Festival dell'Innovazione e della scienza, che toccherà diversi luoghi piemontesi come Settimo torinese, Moncalieri, Leini e Torino. Un appuntamento che conterà oltre 200 eventi - tra laboratori, incontri, spettacoli, intrattenimento - e oltre cento relatori e divulgatori provenienti dal nostro paese e dall'estero. Per parlare di salute a scuole e cittadini di tutta Italia: dalla medicina alla ricerca scientifica, passando per la salute corporea e mentale, lo sport, la prevenzione, l'alimentazione e la sostenibilità ambientale. Tra gli appuntamenti della settimana a Settimo torinese la prima ed unica escape room scientifica a tema sulle proteine, che sarà ospitata nella Biblioteca Archimede, mentre a Piazza della Libertà l'appuntamento con la realtà immersiva del planetario

di avere sottoman un quadro generale della salute dell'anziano, che riunisca sia la valutazione dei parametri vitali (come pressione sanguigna, peso e glicemia) così come del rischio di cadute o dell'attività fisica svolta dalle persone (che i sensori utilizzati in questo studio consentono di fare). La valutazione dovrà poi tener conto di fattori come i disturbi del linguaggio e della salute psicologica della persona, che molto spesso rappresentano fattori limitanti per la vita sociale nella terza età e che sono anche rilevati dal dispositivo. «A seconda di quello che osserviamo, e dell'identificazione dei rischi, proponiamo degli interventi appropriati e ritagliati sulla persona, spesso forniti dalle stesse app di cui è dotato il dispositivo: si tratta di esercizi semplici come la capacità di ricordare una sequenza di immagini, seguire una dieta o un'attività fisica calibrata sulla persona. L'idea, in futuro, è quella di poter elargire questi strumenti alla popolazione per garantire un invecchiamento che sia il più possibile attivo, indipendente e in salute».

Se i risultati della ricerca si riveleranno promettenti, infatti, questo progetto potrebbe consentire agli anziani di gestire al meglio - e praticamente in autonomia - la propria salute, garantendo anche un risparmio sui costi dell'assistenza sanitaria: stando alle stime dell'Unione europea, l'utilizzo dei servizi di teleassistenza potrebbe ridurre di oltre 40 milioni i ricoveri in istituti di lungo-degenza e di oltre 12 milioni i giorni di ricovero ospedaliero.

«Delle 600 persone che hanno preso parte allo studio, 300 vengono soltanto monitorate, mentre all'altra metà viene anche proposto l'intervento. I risultati finali - conclude Vercelli - li avremo entro il prossimo anno: il passo successivo sarà quello di fornire i dispositivi tecnologici a un molto più ampio campione di persone, per valutarne gli impatti sociali ed economici».

© DIPP/OLIVIERO BIANCHIATA

"Osteoporosi: si stima che in Italia ne siano affetti circa 3,5 milioni di donne e 1 milione di uomini."¹

In Italia, il costo per il trattamento delle fratture da osteoporosi supera i 7 miliardi all'anno. Ma soltanto lo 0,5 % è destinato alla prevenzione farmacologica secondaria.²

FONTE: 1. Commissione Intersecretaria per l'Osteoporosi. Linee guida sulla gestione dell'osteoporosi e delle fratture da fragilità. 2. Hernlund B, Svedström A, Ivergård M et al. Osteoporosis in the European Union: medical management, epidemiology and economic burden. Arch Osteoporos 2013;8:136

SOSTENIAMO IL DIRITTO ALLA SALUTE DELLE OSSA.

ABIOTEN
PHARMA
WWW.ABIOTEN.IT