

## Objetivos e Impacto

El principal propósito de My-AHA es prevenir el deterioro cognitivo y funcional de las personas mayores, a través de la detección precoz del riesgo y las intervenciones personalizadas mediante la promoción y el apoyo, basado en las TIC, del envejecimiento activo y saludable, basado en una mejora de la educación sanitaria. El consorcio multinacional y multidisciplinario que colabora en este propósito desarrollará una plataforma innovadora basada en las TIC para detectar cambios sutiles en los dominios físico, cognitivo, psicológico y social de las personas mayores, que indican un aumento del riesgo de generar el círculo vicioso posterior, de discapacidades y enfermedades, incluyendo demencia, depresión, fragilidad y caídas.

La plataforma TIC continuamente monitorizará perfiles de riesgo individuales incluyendo su estilo de vida con capacidades cognitivas, físicas, nutricionales y sociales. Esta información será utilizada para determinar perfiles de riesgo individual y proporcionar estrategias de intervenciones individuales para un uso sostenible. El último propósito de My-AHA es contribuir a la disminución progresiva del deterioro cognitivo y físico y, posiblemente, retrasar el comienzo de enfermedades asociadas de edades tardías a través de proporcionar poder a los ciudadanos para gestionar su propia salud mediante la mejora de la educación sanitaria debido a la ayuda de las TIC.

Además, la plataforma My-AHA, proporcionará un mercado impulsado por la innovación para otras Pymes y ONGs para integrar sus plataformas con nuevas aplicaciones de salud (intervención) y dispositivos (monitoreo de riesgo) proporcionando una plataforma basada en la evidencia de AHA, relacionando soluciones de diferentes proveedores de servicios, en especial en el dominio de las intervenciones. Esto incluye también una plataforma para los usuarios finales para monitorizar y controlar sus datos de salud relevantes, compartiendo por cuenta propia con instituciones aprobadas (por ejemplo, ONGs, centros de investigación o empresas de salud, así como seguros de salud), todo esto basado en un mapa ético seguro (usuario, legal y seguro) como parte del proyecto My-AHA.

Para este propósito, My-AHA implementará y explorará los siguientes objetivos específicos, diseñados para ser realistas y entregables dentro de un proyecto de una duración de cuatro años:

### **Objetivo 1**

My-AHA tendrá como objetivo mejorar la detección precoz y minimizar los riesgos asociados con la edad, incluyendo el deterioro cognitivo, la fragilidad, la depresión y las caídas. My-AHA proporcionará un nuevo ecosistema basado en las TIC para la autogestión de la salud para usuarios con un incremento del riesgo de fragilidad física y deterioro cognitivo, y por tanto el riesgo de aparición de síndromes degenerativos y enfermedades. Esto puede ser logrado mediante un sensado de comportamiento discreto, y una colección a larga escala y análisis de datos disponibles en el entorno de la vida diaria de los individuos mayores.

### **Objetivo 2**

My-AHA investigará y proporcionará nuevas intervenciones personalizadas, basadas en las TIC, según las necesidades de las personas mayores en Europa, para prevenir el deterioro físico, cognitivo, psicológico y social. Proporcionando un nuevo entorno de apoyo, se ayudará a los usuarios a mejorar su calidad de vida, disminuir el riesgo de deterioro físico y cognitivo, prevenir la fragilidad psicológica y social y por lo tanto se convertirán en coproductores de su propia salud.

### **Objetivo 3**

My-AHA propondrá y diseñará herramientas TIC que serán capaces de apoyar continuos cambios en el comportamiento de personas mayores en su vida diaria, con el fin de hacer frente a las consecuencias negativas de la fragilidad y el envejecimiento. My-AHA proporcionará un diseño avanzado centrado en el usuario y participativo, ajustado a las capacidades de las personas mayores, para aprovechar la usabilidad y accesibilidad de la plataforma, mejorando toda la experiencia y aceptación de los usuarios.

### **Objetivo 4**

My-AHA evaluará los conceptos propuestos en un ensayo controlado aleatorio (ECA) de un multicentro internacional a través de participantes de diferentes entornos culturales, organizaciones de usuarios finales y hogares de los países que participan de Europa, Asia y Australia.

### **Objetivo 5**

My-AHA establecerá un nuevo modelo de negocio social y mercado para Pymes y ONGs europeas para proporcionar un mercado dedicado al análisis, permitiendo ir a la fase de mercado después de finalizar el proyecto.

### **Impacto**

El principal impacto esperado del Proyecto My-AHA es incrementar la conciencia y el uso de las nuevas herramientas de evaluación del riesgo precoz, para detectar la fragilidad física, cognitiva y social, debido a una mejor autogestión de la salud, y seguir un estilo de vida saludable y adherido a los nuevos planes de intervención propuestos, mediante los cuales tener un impacto beneficioso en el estado de salud y la calidad de vida de las personas mayores en Europa y todo el mundo.

Al mismo tiempo, My-AHA tendrá un fuerte impacto socioeconómico en industrias europeas (Pymes) y sociedades, ya que será explotado en términos de nuevas innovaciones tecnológicas (nuevos sistemas de evaluación del riesgo y herramientas de intervención para el envejecimiento activo y saludable), junto con una combinación de asistencia social en diferentes entornos sociales, que trabajarán en paralelo con la autogestión basada en las TIC

de la salud por las personas mayores y sus compañeros.

En Europa, así como en muchos países con altos ingresos (desde Japón hasta USA) y en determinados países con economías emergentes como China e India, el incremento de la esperanza de vida de la población lleva a un elevado número de población envejecida, con la necesidad que conlleva respecto a la prevención, la asistencia y los cuidados diarios, así como la necesidad de incrementar la carga socioeconómica para los sistemas de salud y las sociedades.

Uno de los mayores problemas consistirá en la ocurrencia de un círculo vicioso de deterioro físico, cognitivo y social que incluye (entre otros) deterioro cognitivo, fragilidad, depresión y caídas. Esto afectará negativamente a la independencia y a la calidad de vida de los individuos y sus compañeros, así como los factores sociales subyacentes y los sistemas de salud. Por lo tanto, un incremento de la autogestión de los riesgos más comunes para la salud así como seguir un estilo de vida saludable y la adhesión a las intervenciones necesarias, tendrá un fuerte impacto socioeconómico en la sociedad y sería de importancia crítica para la calidad de la vida de los individuos y podría también ayudar a prevenir, o retrasar, un fuerte deterioro.

#### **Así, los principales objetivos de My-AHA son:**

- Desarrollar y evaluar nuevas estrategias y herramientas de evaluación e intervenciones personalizadas basadas en las TIC, en el campo de la salud pública y medicina del comportamiento, para reactivar los recursos individuales más importantes de las personas mayores para reducir los factores de riesgo de la salud para el deterioro físico, cognitivo y social y así prevenir las enfermedades asociadas, como demencia, fragilidad y depresión en la edad adulta.
- Motivar al usuario a mejorar su estilo de vida promoviendo ganancias a corto plazo, como el bienestar individual, y experiencias positivas (entretenimiento, juegos, diversión, disfrute, relaciones sociales, etc.) y en medio plazo pretende (como mejoras rápidas en actuaciones físicas y cognitivas) para conseguir a largo plazo cambios de comportamiento y conocimiento de la salud.
- Proporcionar un sistema modular para la integración de la evaluación del riesgo y los servicios de intervención para su uso en las plataformas existentes, para el envejecimiento activo, que pueden ser utilizados por diferentes proveedores, por ejemplo, industria, Pymes y organizaciones de asistencia social, entre otras, como médicos y seguros de salud.

---

**Source URL:** <http://www.activeageing.unito.it/es/objetivos-e-impacto>