

## Obiettivi e Impatto

Lo scopo principale di My-AHA consiste nel prevenire il declino cognitivo e funzionale degli anziani, attraverso l'individuazione precoce dei rischi e la pianificazione di un intervento su misura. Questo obiettivo verrà raggiunto tramite l'uso della ICT per il sostegno di un invecchiamento attivo e sano basato su una migliore alfabetizzazione della salute. Il consorzio internazionale e multidisciplinare che collaborerà a questa proposta svilupperà un'innovativa piattaforma basata sulle ICT per individuare i minimi cambiamenti nei domini fisici, cognitivi, psicologici e sociali degli anziani che indicano un aumento del rischio di future disabilità e patologie, quali le demenze, la depressione, la fragilità e le cadute.

La piattaforma ICT monitorerà costantemente il profilo di rischio dei soggetti, inclusi il loro stile di vita, le capacità cognitive, fisiche, nutrizionali e sociali. Queste informazioni verranno utilizzate per determinare i profili di rischio dei singoli, e per fornire strategie di intervento personalizzate per un uso sostenibile. Lo scopo finale del My-AHA è quello di contribuire al rallentamento del declino cognitivo e fisico e, possibilmente, rallentare l'esordio di malattie severe, con il consenso dei soggetti nel gestire la propria salute attraverso una migliore alfabetizzazione della salute con il supporto ICT.

Inoltre, la piattaforma My-AHA fornirà un modello innovativo per altre PMI e ONG al fine di integrare le diverse piattaforme con nuove applicazioni (strumenti di intervento) e dispositivi (monitoraggio dei rischi) per la salute. Tale programma permetterà agli utenti di monitorare e controllare i dati della propria salute, condividendoli con altri istituti riconosciuti a livello nazionale ed internazionale (ad esempio ONG, centri di ricerca o aziende sanitarie nonché assicurazioni sanitarie), rispettando le norme etiche e legali sul trattamento dei dati che costituiscono parte integrante del progetto My-AHA. My-AHA esplorerà il raggiungimento di alcuni obiettivi specifici, progettati per essere realizzati e disponibili nell'arco di quattro anni:

### **Obiettivo 1**

My-AHA si propone di migliorare l'individuazione precoce e minimizzare i rischi associati all'invecchiamento, comprese le capacità cognitive, la fragilità, la depressione e il rischio di cadute. My-AHA fornirà un nuovo ecosistema ICT-based per l'autogestione della salute degli utenti con un maggior rischio di fragilità fisica e di declino cognitivo, pertanto a rischio di insorgenza di malattie degenerative e altre patologie. Questo verrà ottenuto tramite l'utilizzo di sensori comportamentali non intrusivi e la collezione su larga scala e l'analisi di dati derivati dall'attività quotidiana dei soggetti anziani.

### **Obiettivo 2**

My-AHA ricercherà e fornirà nuovi interventi basati sulla ICT in base alle esigenze degli anziani che vivono in Europa, al fine di prevenire il declino fisico, cognitivo, psicologico e sociale. Fornendo un nuovo strumento di supporto, gli utenti verranno assistiti nel migliorare la loro qualità di vita, nel ridurre il rischio di declino fisico e cognitivo, nel prevenire la fragilità psicologica e sociale e quindi diventare co-produttori della propria salute.

### **Obiettivo 3**

My-AHA proporrà e progetterà strumenti ICT in grado di sostenere continuamente i cambiamenti nel comportamento degli anziani nella vita quotidiana, al fine di affrontare gli aspetti negativi dell'invecchiamento e della fragilità. My-AHA fornirà un format avanzato, adattato alle capacità degli anziani per sfruttare la praticità e l'accessibilità alla piattaforma, migliorando l'accettazione e l'esperienza complessiva dell'utente.

#### **Obiettivo 4**

My-AHA valuterà i concetti proposti in un trial multicentrico randomizzato internazionale (RCT) che coinvolgerà partecipanti provenienti da ambienti culturali diversi, organizzazioni e famiglie provenienti dai differenti paesi partecipanti al progetto (Europa, Asia e Australia).

#### **Obiettivo 5**

My-AHA istituirà un nuovo modello di business sociale e un mercato per le PMI europee e le ONG per fornire un'analisi dedicata al mercato e per permettere agli stakeholders di entrare in una fase di mercato dopo la fine del progetto.

#### **Impatto**

L'impatto principale previsto dal progetto My-AHA è di aumentare la consapevolezza e l'uso di nuovi strumenti per ottenere una valutazione rapida e precoce del rischio, al fine di fronteggiare, mediante una migliore gestione della salute, uno stile di vita sano, una proposta di nuovi piani d'intervento, l'eventualità di fragilità fisica, cognitiva e sociale, con un conseguente impatto positivo sullo stato di salute e sulla qualità della vita degli anziani in Europa e nel mondo.

Allo stesso tempo, My-AHA avrà un forte impatto socioeconomico sulle industrie europee connesse e sulle società nel suo complesso; dal momento che verranno implementate nuove innovazioni tecnologiche (nuovi sistemi di valutazione dei rischi e strumenti di intervento per l'invecchiamento attivo e in salute), volte a raggiungere uno stato di benessere in diverse condizioni sociali, e che lavoreranno in parallelo con le strumentazioni ICTbased.

In Europa, così come nella maggior parte dei paesi ad alto reddito (dal Giappone agli Stati Uniti) e in diversi paesi emergenti come la Cina e l'India, l'aumento dell'aspettativa di vita della popolazione ha portato ad un aumento nel numero di anziani con una necessità di prevenzione, di assistenza quotidiana e di cure giornaliere, dando luogo a un crescente costo socioeconomico per i sistemi sanitari e le società. Uno dei maggiori problemi consiste nel verificarsi di un circolo vizioso tra il declino fisico, cognitivo e sociale che include il deficit cognitivo, la fragilità, la depressione e le cadute. Ciò influisce negativamente sull'autosufficienza e sulla qualità della vita degli individui e dei loro coetanei, nonché sui rispettivi sistemi socio-sanitari. Pertanto, una migliore gestione dei più comuni rischi sanitari, l'impostazione di uno stile di vita sano e l'adesione agli interventi specifici, avrà un forte impatto socioeconomico sulla società e sarà di importanza fondamentale per la qualità della vita degli individui, contribuendo a prevenire o ritardare ulteriormente un possibile declino.

#### **Pertanto, i principali obiettivi di my-AHA sono:**

- Sviluppare e valutare nuove metodologie e strategie di intervento personalizzate, per la valutazione del rischio e per la creazione di strumenti di intervento e nuove strategie nel campo della sanità pubblica e della medicina comportamentale, in modo da attivare le più importanti risorse individuali degli anziani, per ridurre i loro fattori di rischio per la salute fisica, cognitiva e sociale, e quindi prevenire le malattie associate come la demenza, la fragilità e la depressione nell'età avanzata.
- Motivare l'utente a migliorare il proprio stile di vita, promuovendo vantaggi a breve termine come il benessere individuale, le esperienze positive (intrattenimento, giochi, divertimento, l'uso dei social network, ecc.) e obiettivi a medio termine (come veloci miglioramenti nelle prestazioni fisiche e cognitive), al fine di conseguire cambiamenti comportamentali a lungo termine e l'alfabetizzazione sanitaria.
- Fornire un sistema modulare che includa l'integrazione della valutazione del rischio e i servizi di intervento che devono essere utilizzati nelle piattaforme già esistenti per l'invecchiamento attivo. Questi potrebbero essere di interesse per diversi utenti, come l'industria, le PMI, le organizzazioni sanitarie, tra cui i medici e le assicurazioni sanitarie.