



CURRICULUM

Data pubblicazione: gennaio 2024

Curatore: DEMENTIA CARE

Lingua: IT

SOMMARIO

Contenuti

Sommario

Dichiarazione di non responsabilità	4
Informazioni sul progetto Strumenti digitali per i caregiver di persone affette da demenza	4
LA PARTNERSHIP	6
INFORMAZIONI SULLE COMPETENZE DIGITALI	8
INFORMAZIONI SUL PROGRAMMA CURRICULARE	10
CONTENUTI E ARGOMENTI	13
TARGET	13
OBIETTIVI DEL CURRICULUM.....	14
METODOLOGIA.....	15
RISULTATI DI APPRENDIMENTO / ESITI	15
VALUTAZIONE.....	17
MODULO 1 – ALFABETIZZAZIONE ALL’INFORMAZIONE E AI DATI	17
1.1 Definizione di health literacy e di e-health literacy	17
1.2 Identificazione e descrizione di un problema di salute.....	18
1.3 Informazioni necessarie in una visita medica	19
1.4 Suggerimenti per una visita medica di successo	20
1.5 Scegliere parole chiave relative alla salute	21
1.6 Valutazione delle risorse web	21
MODULO 2 – COMUNICAZIONE E COLLABORAZIONE	22
2.1 Strumenti digitali: esplorare l'impatto sul caregiving	22
2.1.1 Caregiving: un costo fisico e mentale.....	23
2.1.2 Internet e i social media contro il burnout del caregiver.....	24
2.1.3 Caregiver e tecnologia: cosa vogliono e di cosa hanno bisogno	24
2.2 Digital Health: un potenziale per supportare i caregiver	25
2.2.1 Innovazioni tecnologiche per i caregiver e le persone affette da demenza	26
2.2.2 In che modo la tecnologia può potenziare tutti i caregiver	26

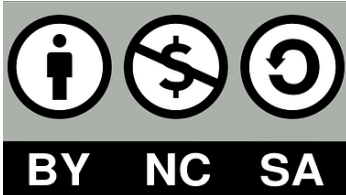


2.2.3 I vantaggi degli strumenti tecnologici e dell'innovazione	26
2.3 Soluzioni digitali: una guida pratica per aiutare chi aiuta	28
2.3.1 Alcuni degli strumenti per aiutare a gestire l'assistenza.....	28
2.3.2 Inclusione digitale nel caregiving	29
MODULO 3 – CREAZIONE DI CONTENUTI DIGITALI.....	32
3.1 Creare esperienze di apprendimento immersivo: una prospettiva di progettazione pedagogica	32
3.2 Modi per fornire esperienze di apprendimento immersive	36
3.3. Tecnologia di realtà aumentata per i caregiver familiari: perché è importante.....	37
3.4 IN YOUR SHOES Software - Percepire la Demenza con la Realtà Aumentata basato sul software Dementia Eyes.....	39
3.5 Come creare esperienze 3D	42
3.6 Come utilizzare il visore 3D - PRIMI PASSI CON IL VISORE META QUEST	46
MODULO 4 – SICUREZZA	48
4.1 Cosa sono la sicurezza online, la privacy delle informazioni, la sicurezza dei dati e gli standard di privacy	48
4.2 Suggerimenti per un uso responsabile e sicuro di Internet	49
4.3 Questioni etiche	50
MODULO 5 – RISOLUZIONE DEI PROBLEMI CON L'UTILIZZO DI STRUMENTI DIGITALI.....	51
5.1. Orologi e calendari con tecnologia assistiva	52
5.2. App per caregiver	53
5.3. Sistemi di assistenza e comunicazione a distanza.....	53
5.4. Smartphone	54
5.5. Promemoria vocali	54
5.6. Calendario del team di assistenza	54
5.7. Calendari digitali e file Excel.....	54
5.8. Gruppi di supporto online per caregiver	55

Dichiarazione di non responsabilità

Questo progetto è stato finanziato con il sostegno della Commissione Europea. L'autore è il solo responsabile di questa pubblicazione e la Commissione non può essere ritenuta responsabile per l'uso che può essere fatto delle informazioni in essa contenute.

L'utente non può utilizzare questa produzione per scopi commerciali.



Pubblicato: Gennaio 2024

Maggiori informazioni: sito web del progetto <https://www.dementiacaregivers.eu>

Informazioni sul progetto Strumenti digitali per i caregiver di persone affette da demenza

Secondo le statistiche di Eurocarers (rete europea di organizzazioni che rappresentano i caregiver familiari) l'80% dell'assistenza e della cura fornita alle persone non autosufficienti, all'interno dei paesi europei, è fornita da familiari e amici. Ciò significa che, in numeri, ci sono circa 100 milioni di caregiver familiari in Europa.



Questi dati mostrano chiaramente come, in media, il welfare europeo dipenda fortemente dal contributo di welfare delle famiglie. Tuttavia, le famiglie spesso non hanno risorse sufficienti per prendersi cura dei propri cari da sole. Concentrandosi sulla malattia della demenza, il governo olandese ha pubblicato il "Dementia Delta-Plan", una nuova strategia nazionale sulla demenza 2021-2030, con l'obiettivo specifico di garantire alle persone con demenza e ai loro cari un supporto adeguato. Per raggiungere il successo della strategia questo grande obiettivo include:

- Innovazione – con particolare attenzione all'uso dello sviluppo tecnologico e non tecnologico;
- Internazionale – incentrato sulle collaborazioni in relazione alla ricerca sulla demenza;
- Comunicazione – incentrata sulla condivisione delle conoscenze e delle esperienze acquisite.

"Digital Tools for Dementia Caregivers" risponde sia alla Strategia Nazionale Demenza che alla Call Europea di sostegno a questa categoria e propone un modello educativo altamente innovativo che porta allo sviluppo di un curriculum professionale basato sull'utilizzo delle Competenze Digitali applicate al processo di caregiving. Combina l'innovazione con la necessità di supportare i familiari nel fornire assistenza ai pazienti con malattia demenziale. Allo stesso tempo, coinvolgere i partner internazionali con l'obiettivo di condividere conoscenze e buone pratiche in modo che i risultati nazionali diventino di impatto europeo. Inoltre, poiché gli strumenti digitali nella formazione sanitaria sono in evoluzione, riteniamo che siano destinati a portare un impatto positivo e duraturo sulle organizzazioni e sul target, anche dopo la durata del progetto, in quanto possono essere sempre aggiornati e adattati.



LA PARTNERSHIP

<p>Stichting Amsterdam European Mobility Coordinatore del progetto</p>	
<p>STEPP - Strategie Servizi Sviluppo</p>	
<p>Alzheimer Athens Association</p>	
<p>Foundation Compassion</p>	
<p>ECSA Kosova</p>	
<p>Dementia Care</p>	



Stichting Amsterdam European Mobility: Stichting Amsterdam European Mobility (A'DamMob), è un'organizzazione professionale fondata nel 2012 e con sede ad Amsterdam specializzata in formazione, ricerca nel campo della Competenza Digitale applicata in vari settori disciplinari. Il suo obiettivo è quello di offrire opportunità di apprendimento a clienti di tutte le età per aiutarli ad acquisire competenze e creare profili professionali che riflettano le esigenze dell'attuale mondo del lavoro. Rappresenta il punto d'incontro delle più qualificate risorse accademiche e professionali nelle diverse aree di competenza. I corsi A'DamMob permettono ai partecipanti di sviluppare conoscenze e formare competenze di eccellenza, attraverso un approccio caratterizzato da dinamicità, indipendenza, creatività e attenzione alle persone. I valori alla base delle attività, come la multidisciplinarietà, la passione, il dinamismo, l'energia, l'interazione, la capacità di ascoltare e di fare insieme, permettono di creare percorsi interdisciplinari di alta formazione e contribuire al futuro del territorio in un'ottica internazionale

Sito web: www.adammob.com

STEPP: STEPP è un innovativo sviluppatore di progetti imprenditoriali fondato a Firenze nel 2015. Il suo lavoro è focalizzato su settori che hanno a che fare con l'innovazione sociale, come l'istruzione e la formazione, lo sviluppo socio-economico, l'innovazione tecnologica e la ricerca.

Per innovazione sociale si intende un tipo di innovazione fatta di idee, creatività e metodologie per trasformare i principi teorici e la ricerca nella prosperità di una comunità sempre più attenta alla sostenibilità e allo sviluppo di territori "intelligenti". Cerchiamo il successo nelle idee brillanti, investendo tempo, risorse ed esperienza con un obiettivo finale: connettere ricerca e innovazione per creare un ecosistema virtuoso che permetta alle idee innovative di diventare progetti di successo.

Sito web: www.stepp-up.com

Foundation Compassion Bulgaria: Foundation Compassion Alzheimer Bulgaria è un'organizzazione non governativa, fondata nel 2004. La nostra missione è migliorare la qualità della vita delle persone che vivono con la malattia di Alzheimer e la demenza in Bulgaria, cambiando l'atteggiamento e le pratiche attuali nei loro confronti e fornendo accesso alle cure e al supporto sociale. L'organizzazione è stata fondata a Varna e ha un team e un ufficio anche a Sofia (dal 2007). L'organizzazione è membro dell'Alzheimer's Disease International, della rete EFID e del national Patient organisation. Attività attuali: fornitura di servizi sociali innovativi per le famiglie con pazienti affetti da Alzheimer/demenza (consulenze legali, psicologiche, comprese consultazioni via e-mail e telefoniche), musicoterapia, arteterapia e altri metodi non farmacologici, Alzheimer café, campagne di informazione per la prevenzione, attività di lobbying in Bulgaria per migliorare i servizi e l'accessibilità delle cure.

Sito web: <http://alzheimerbulgaria.org>

Alzheimer Athens: Alzheimer Athens Association è un'organizzazione senza scopo di lucro fondata nel 2002 da persone affette da demenza, dai loro parenti e da operatori sanitari interessati alla malattia di Alzheimer. Ha lo scopo di aumentare la consapevolezza di tutte le forme di demenza e migliorare la qualità della vita delle persone con demenza e delle loro famiglie. Attualmente l'Associazione conta 5500 membri ufficiali, ha uno staff di 70 professionisti della salute e 55 volontari attivi ed è gestita da un consiglio eletto di 7 membri. L'Alzheimer Athens Association gestisce sei centri diurni ad Atene e uno ad Arta, offrendo assistenza quotidiana alle persone affette dalla malattia di Alzheimer o da altre forme di demenza. Il



personale dei Centri è composto da numerosi medici, psicologi, logopedisti, assistenti sociali, infermieri e fisioterapisti, oltre al personale amministrativo. Le attività dei centri diurni Alzheimer Athens includono:

- Clinica della memoria: L'Associazione Cliniche della Memoria offre valutazioni neurologiche e neuropsicologiche alle persone di età superiore ai 60 anni e fornisce una diagnosi tempestiva e accurata del morbo di Alzheimer e di altre forme di demenza.
- Gli interventi non farmacologici per le persone con demenza includono sessioni di allenamento cognitivo, programmi di allenamento fisico e altre terapie specifiche (arteterapia, logopedia, terapia occupazionale, terapia della reminiscenza), individualmente o in gruppo.

Sito web: <https://alzheimerathens.gr/>

Dementia Care: Dementia Care è un'Associazione di Promozione Sociale con sede legale nel Comune di Nicotera, Prov. di Vibo Valentia, che opera su tutto il territorio della Regione Calabria e anche a livello nazionale ed internazionale. L'Associazione è iscritta al RUNTS.

L'associazione si propone di operare a favore di persone con diverse abilità promuovendo e attuando ogni azione che porti al miglioramento della qualità della vita, in particolare, delle persone affette da sindromi neurodegenerative e da altre forme di declino e deterioramento cognitivo di vario tipo e grado (es. malattia di Alzheimer e altre forme di demenza) estendendo tali azioni anche ai propri familiari e caregiver che si dedicano alla cura di questi pazienti.

ECSA Kosova: ECSA Kosova è stata fondata nel 2016 e sosterrà e migliorerà gli studi dell'UE nella regione del Kosovo, ma contribuirà anche alle sfide dell'UE collaborando con gli istituti, i centri e le università dell'UE. ECSA Kosova mira ad affrontare le sfide dell'adesione all'UE come la ricerca, la digitalizzazione, la formazione e l'occupazione, considerando la sua importanza per i Balcani occidentali, compreso il Kosovo.

- Promozione di attività di ricerca relative all'integrazione europea;
- Promozione di programmi comunitari e internazionali e comunitari;
- Promozione del processo di digitalizzazione;
- Diffusione di informazioni sulle attuali attività di ricerca universitaria relative all'integrazione europea attraverso pubblicazioni e reti interattive,
- Sostenere studenti, giovani e accademici per quanto riguarda la ricerca, la formazione e altre attività dell'Unione Europea.

INFORMAZIONI SULLE COMPETENZE DIGITALI

Le abilità e le competenze digitali devono essere accessibili a tutta la popolazione, in tutte le fasce d'età e in tutti i contesti. E ogni scuola, ogni istituto di istruzione e formazione dovrebbe tenere in debita considerazione sia i rischi che le opportunità che la tecnologia comporta.

La pandemia di COVID-19 ha evidenziato la necessità di migliorare la preparazione digitale dei sistemi di istruzione e formazione in termini di resilienza, accessibilità, alta qualità e inclusività. Inoltre, nell'ambito dell'impegno del decennio digitale, l'obiettivo dell'UE è che l'80% della popolazione di età compresa tra i 16 e i 74 anni possieda almeno le competenze digitali di base entro il 2030.

In questo contesto, e nel contesto dell'Anno europeo delle competenze (2023), è più che mai importante concentrarsi sulle esigenze dell'istruzione e della formazione quando si tratta di trasformazione digitale,



intervenendo a tutti i livelli (istruzione e formazione preprimaria, primaria, secondaria e professionale, istruzione superiore, apprendimento degli adulti), in una prospettiva di apprendimento permanente, e per tutti i gruppi della popolazione (ad esempio giovani, adulti e professionisti).

Abilità e competenze digitali

La raccomandazione del Consiglio adottata sulle abilità e competenze digitali, raccomanda agli Stati membri di concordare strategie o approcci strategici nazionali e, se del caso, regionali per l'istruzione e le abilità e le competenze digitali, invitandoli a:

- stabilire o riesaminare gli obiettivi nazionali per l'erogazione di tali abilità e competenze
- adottare misure rivolte ai "gruppi prioritari o difficili da raggiungere"
- rafforzare le abilità e le competenze digitali nell'istruzione primaria e secondaria
- promuovere l'insegnamento delle competenze digitali in modo trasversale nelle diverse materie
- migliorare le abilità e le competenze digitali per tutti gli studenti dell'istruzione superiore, offrendo opportunità di apprendimento a tutti i livelli e alle discipline
- offrire agli adulti l'opportunità di acquisire competenze digitali e affrontare la carenza di professionisti ICT
- Istruzione e formazione digitale di successo

Quante e quali sono le competenze digitali?

Ce lo dice il modello europeo DigComp 2.1, che ha creato il quadro per le competenze digitali dei cittadini identificando le 5 competenze digitali chiave con otto livelli di padronanza ciascuno.

Area di competenza 1: Informazioni e dati

Navigare, ricercare e filtrare dati, informazioni e contenuti digitali è un'abilità fondamentale per comprendere il mondo di oggi ma ovviamente non è sufficiente perché non sempre tutto ciò che troviamo online è vero.

È quindi necessario disporre degli strumenti per valutare le informazioni, ad esempio confrontandole con altre reperite online e garantendo l'attendibilità delle fonti.

Infine, bisogna anche saper gestire le informazioni e avere una corretta metodologia di archiviazione è fondamentale e deve essere sviluppata (se non l'abbiamo già fatto) per completare il quadro della gestione delle informazioni.

Area di competenza 2: Comunicazione e collaborazione

Oggi trascorriamo, parte del nostro tempo sui social media che ci permettono di comunicare costantemente e rimanere in contatto con i nostri amici, i nostri parenti e anche con i nostri brand di riferimento.

Il web non è un mercato, è una conversazione!

Il modo in cui interagiamo sui social media, il modo in cui condividiamo le informazioni utilizzando le tecnologie digitali fanno parte di questo set di competenze.

Area di competenza 3: Creazione di contenuti digitali

Abbiamo visto quanto sia importante la comunicazione e sicuramente uno dei mezzi che abbiamo per comunicare è saper creare contenuti per le varie piattaforme online.



Questa è la capacità che ci permette di creare contenuti rilevanti per un gruppo specifico di persone (che possiamo chiamare pubblico), contenuti che contengono informazioni coinvolgenti e utili... ed è in grado di attirare la loro attenzione.

Settore di competenza 4: Sicurezza

La diffusione capillare dei dati all'interno della rete ha cambiato le regole sulla sicurezza e saper difendere i propri dati è diventata una competenza fondamentale.

Condividiamo tutto online, dai dati della carta di credito ai nostri dati più sensibili e quindi come gestisci la sicurezza delle tue informazioni o quella della tua azienda ma anche la sicurezza dell'ambiente e della tua salute fanno parte di quest'area di competenza.

Chi si trova a suo agio con internet è in grado di trovare un modo per difendersi dalle truffe online e di riconoscere, ad esempio, se è il caso di prendere le dovute precauzioni di fronte a una richiesta di dati sensibili.

Area di competenza 5: Risoluzione dei problemi

Il problem solving è in cima alla classifica del WEF delle competenze necessarie nel mondo del lavoro di oggi.

Nel mondo digitale viene applicata nell'identificazione dei bisogni e nella relativa risposta tecnologica, risponde alle domande: di quale tecnologia abbiamo bisogno per risolvere il nostro problema?

In pratica, quindi, dobbiamo essere in grado di risolvere i problemi che incontriamo quando utilizziamo la tecnologia digitale. Ad esempio, scegliendo lo strumento, il dispositivo, il software o l'applicazione giusta che ci permetta di risolvere qualsiasi situazione imprevista.

INFORMAZIONI SUL PROGRAMMA CURRICOLARE

Nel mondo odierno in rapida evoluzione, l'importanza dell'apprendimento continuo e dello sviluppo delle competenze non può essere sopravvalutata. Che si tratti di istruzione, formazione aziendale o crescita personale, la progettazione di un curriculum di formazione efficace pone le basi per risultati di apprendimento di successo.

Un curriculum ben progettato non solo migliora l'esperienza di apprendimento, ma garantisce anche che gli studenti acquisiscano le conoscenze e le competenze necessarie in modo strutturato ed efficiente.

Il primo e più cruciale passo nella progettazione di qualsiasi curriculum formativo è definire obiettivi chiari e misurabili. Questi obiettivi fungono da principi guida durante tutto il processo di sviluppo del curriculum. Considera gli obiettivi generali del programma di formazione e suddividili in risultati di apprendimento specifici. Ogni obiettivo deve essere conciso, realizzabile e allineato con le esigenze e le aspettative del pubblico di destinazione.

Prima di addentrarsi nella creazione di contenuti, è essenziale condurre una valutazione approfondita delle esigenze. Ciò comporta l'identificazione delle lacune di conoscenza, delle carenze di competenze e delle preferenze di apprendimento del target previsto. Sondaggi, interviste e focus group possono fornire preziose informazioni sulle loro conoscenze e su ciò che sperano di ottenere attraverso la formazione.

Comprendendo queste esigenze, è possibile personalizzare il curriculum per affrontare sfide specifiche e massimizzare il coinvolgimento.

Una volta chiariti gli obiettivi e le esigenze, si organizza gerarchicamente il contenuto del curriculum. Si inizia con un'ampia panoramica dell'argomento e si approfondiscono gradualmente argomenti più complessi. Questa progressione logica garantisce che gli studenti costruiscano una solida base prima di affrontare concetti avanzati. Si utilizza una combinazione di concetti fondamentali, esempi pratici e scenari di vita reale per creare un curriculum completo che si rivolga a diversi stili di apprendimento.

L'organizzazione gerarchica dei contenuti facilita lo sviluppo di una mappa del curriculum o di un programma che delinea la sequenza di argomenti e moduli. Ogni modulo dovrebbe basarsi logicamente sul precedente, consentendo agli studenti di collegare i concetti e costruire una comprensione completa. Questa struttura aiuta anche gli istruttori a gestire il tempo in modo efficace e ad allocare le risorse in modo appropriato.

La selezione dei giusti metodi didattici è fondamentale per mantenere il coinvolgimento degli studenti e promuovere una comprensione efficace. Vari metodi come lezioni, discussioni, attività pratiche, progetti di gruppo, casi di studio e presentazioni multimediali possono essere incorporati per soddisfare le diverse preferenze di apprendimento. Un mix di approcci teorici e pratici assicura che gli studenti comprendano i concetti intellettualmente e li applichino in contesti del mondo reale.

La scelta dei metodi didattici dovrebbe essere in linea con gli obiettivi del curriculum e le preferenze degli studenti. L'utilizzo di una varietà di metodi si rivolge a diversi stili di apprendimento e garantisce che gli studenti siano costantemente impegnati. Le strategie di apprendimento attivo, come le attività di risoluzione dei problemi e le discussioni di gruppo, possono migliorare la memorizzazione delle informazioni e le capacità di pensiero critico.

La valutazione è parte integrante della misurazione dei progressi degli studenti e per determinare se il programma di formazione sta raggiungendo i suoi obiettivi. Si progetta una varietà di strategie di valutazione, tra cui quiz, compiti, progetti e dimostrazioni pratiche. Si allinea ogni valutazione con risultati di apprendimento specifici per misurare con precisione la padronanza dei contenuti da parte degli studenti. Il feedback costruttivo fornito attraverso le valutazioni aiuta gli studenti a identificare le aree di miglioramento e li motiva a eccellere.

Le strategie di valutazione dovrebbero concentrarsi sulla valutazione sia delle conoscenze che delle competenze. Le valutazioni formative, condotte durante tutto il curriculum, forniscono un feedback immediato agli studenti e aiutano i formatori ad apportare modifiche tempestive. Le valutazioni sommative alla fine di ogni modulo o corso valutano la comprensione generale e forniscono una visione completa delle capacità degli studenti.

L'integrazione della tecnologia può migliorare l'esperienza di formazione fornendo elementi interattivi, simulazioni e accesso a risorse aggiuntive. Tuttavia, l'integrazione della tecnologia dovrebbe essere mirata e non solo per il gusto della novità. Bisogna assicurarsi che la tecnologia scelta sia in linea con gli obiettivi del curriculum e supporti i risultati di apprendimento previsti. Interfacce intuitive e istruzioni chiare sono essenziali per evitare che le barriere tecnologiche ostacolino il processo di apprendimento.



L'integrazione tecnologica dovrebbe considerare l'accesso degli studenti ai dispositivi e alla connettività Internet. Può migliorare il coinvolgimento attraverso la gamification, i laboratori virtuali e i contenuti multimediali interattivi. L'utilizzo di "Learning Management Systems" (LMS) può semplificare la consegna dei contenuti, le valutazioni e il monitoraggio dei progressi, rendendo l'esperienza di apprendimento più efficiente sia per gli studenti che per gli istruttori.

I migliori programmi di formazione sono quelli in grado di adattarsi alle esigenze in evoluzione degli studenti e al panorama mutevole della materia. Incorporare la flessibilità nella progettazione del curriculum per adattarsi a sviluppi imprevisti o feedback degli studenti. È necessario rivedere e aggiornare regolarmente il curriculum per riflettere le nuove intuizioni, le tendenze del settore e le best practices emergenti. Un curriculum che rimane statico può diventare rapidamente obsoleto e perdere la sua efficacia.

La progettazione per l'adattabilità richiede contenuti modulari e una mentalità di miglioramento continuo. Monitorando le tendenze e sollecitando il feedback degli studenti, gli istruttori possono apportare modifiche tempestive al curriculum. La flessibilità consente inoltre la personalizzazione per soddisfare le esigenze di diversi gruppi o singoli studenti, favorendo un'esperienza di apprendimento più personalizzata.

Prima di lanciare il programma di formazione su larga scala, è preferibile condurre un programma pilota con un gruppo più piccolo di studenti. Questa fase pilota consente di identificare eventuali problemi, raccogliere feedback e perfezionare il programma di studi in base a test reali. Si apportano le modifiche necessarie al contenuto, ai metodi didattici e alle valutazioni per garantire un'esperienza di apprendimento senza interruzioni per i futuri partecipanti.

La sperimentazione del curriculum aiuta a identificare le aree di miglioramento che potrebbero non essere state evidenti durante la fase di sviluppo. Il feedback dei partecipanti al progetto pilota può far emergere sfide nella comprensione, nell'usabilità dei materiali e nell'efficacia delle valutazioni. Questa fase offre anche l'opportunità di ottimizzare la distribuzione dei contenuti e garantire che il curriculum sia in linea con le aspettative degli studenti.

Una volta che il curriculum è finalizzato e perfezionato, è il momento di implementarlo con il pubblico di destinazione. Si monitorano i progressi degli studenti, si raccolgono dati sulle loro prestazioni e si sollecitano feedback per valutare l'efficacia del curriculum. Si rivedono regolarmente i risultati della valutazione e si prendono decisioni basate sui dati per migliorare ulteriormente il curriculum e affrontare eventuali sfide in corso.

L'implementazione comporta la consegna dei contenuti senza soluzione di continuità, la facilitazione delle attività e una comunicazione coerente con gli studenti. Il monitoraggio dei progressi degli studenti attraverso l'analisi dei dati e gli strumenti di monitoraggio consente ai formatori di identificare le aree in cui gli studenti potrebbero avere difficoltà o eccellere. Questi dati possono informare le correzioni a metà corso e guidare i formatori nell'adattare il loro supporto alle esigenze individuali o di gruppo.

La progettazione di un programma di formazione efficace non è uno sforzo una tantum, ma un processo di miglioramento continuo. Si raccolgono continuamente feedback, si valuta l'impatto del curriculum e lo si perfeziona in base alle esigenze degli studenti e alle tendenze emergenti. L'impegno per il miglioramento



continuo garantisce che il curriculum rimanga pertinente, coinvolgente e allineato con il panorama dell'apprendimento in continua evoluzione.

Incoraggiare una cultura del miglioramento continuo comporta valutazioni e aggiornamenti regolari. I formatori dovrebbero cercare attivamente il feedback di studenti, colleghi ed esperti del settore per identificare le aree di miglioramento. Inoltre, rimanere informati sugli ultimi sviluppi nella progettazione didattica, nella tecnologia e negli approcci pedagogici consente l'integrazione di pratiche innovative nel curriculum.

In conclusione, la progettazione di un curriculum formativo efficace è un processo multidimensionale che richiede un'attenta pianificazione, una profonda comprensione delle esigenze degli studenti e un impegno per il miglioramento continuo.

CONTENUTI E ARGOMENTI

Il modello curricolare costituirà un carico di lavoro di 5 giorni distribuiti su una serie di unità tematiche e altri tipi di format di apprendimento. In termini di unità tematiche, "Digital Tools for Dementia Caregivers" comprenderà:

- un modulo introduttivo sulle Competenze Digitali;
- cinque moduli tematici di base che comprendono anche quello relativo all'utilizzo di metodologie innovative come il software di realtà estesa "in Your Shoes".

MODULO 1 – ALFABETIZZAZIONE ALL'INFORMAZIONE E AI DATI

MODULO 2 – COMUNICAZIONE E COLLABORAZIONE

MODULO 3 – CREAZIONE DI CONTENUTI DIGITALI

MODULO 4 – SICUREZZA

MODULO 5 – RISOLUZIONE DEI PROBLEMI CON L'UTILIZZO DI STRUMENTI DIGITALI

TARGET

Secondo il Rapporto dell'Organizzazione Mondiale della Sanità e dell'Alzheimer Disease International, la demenza è una priorità mondiale per la salute pubblica: nel 2010, 35,6 milioni di persone soffrivano di demenza con un aumento stimato doppio nel 2030, un triplo aumento nel 2050, con 7,7 milioni di nuovi casi all'anno (1 ogni 4 secondi) e con una sopravvivenza media, dopo la diagnosi, di 4-8 anni. Ad esempio,



in Italia, il numero totale di pazienti con demenza è stimato in oltre un milione (di cui circa 600.000 con demenza di Alzheimer). In Grecia si stima che il numero di persone con demenza sia pari a 201.766. Nei Paesi Bassi, ci sono circa 245.560 persone con demenza.

Il rapido invecchiamento della società europea rende lo scenario drammatico dal punto di vista sociale e dei costi della malattia, tanto che il Parlamento Europeo ha chiesto che la demenza diventasse una priorità sanitaria per gli Stati membri, invitato a sviluppare specifici programmi nazionali e a rendere accessibili i fondi per la ricerca.

Secondo le statistiche di Eurocarers (rete europea di organizzazioni che rappresentano i caregiver familiari) l'80% dell'assistenza e della cura fornita alle persone non autosufficienti, all'interno dei paesi europei, è fornita da familiari e amici. Ciò significa che, in numeri, ci sono circa 100 milioni di caregiver familiari in Europa.

Questi dati mostrano chiaramente come, in media, il welfare europeo dipenda fortemente dal contributo di welfare delle famiglie. Tuttavia, le famiglie spesso non hanno risorse sufficienti per prendersi cura dei propri cari da sole. Quindi, in attesa che la ricerca scientifica renda disponibili nuove possibilità di intervento, la formazione e l'aggiornamento sono una delle principali risorse. La cura della demenza è un processo così delicato che richiede un comportamento cauto dei caregiver familiari in ogni fase, per questo motivo questo progetto mira a coniugare l'innovazione con la necessità di supportare i familiari nel fornire assistenza ai pazienti con malattia demenza. Vi è una crescente necessità di integrare le competenze esistenti, con nuovi approcci e competenze digitali, in grado di affrontare adeguatamente queste nuove sfide. Il progetto ha l'obiettivo di sviluppare un Consortium per lo sviluppo di un nuovo e aggiornato curriculum formativo per rispondere alle esigenze dei beneficiari dei servizi e sfruttare adeguatamente le nuove opportunità offerte dalle tecnologie.

La dimensione e la complessità dei problemi di demenza determinano i bisogni di base come:

- Sviluppare nuove competenze innovative per i caregiver familiari coinvolti;
- Un forte impegno nell'aggiornamento delle carriere attive;
- Un'esperienza di caregiving serena sia dal punto di vista del paziente che del caregiver familiare.

OBIETTIVI DEL CURRICULUM

Il progetto e il Programma Curriculare stesso mirano a sviluppare la formazione sulle competenze digitali dei caregiver familiari in modo che possano fare un uso migliore delle nuove tecnologie durante la loro esperienza di assistenza. Vi è una crescente necessità di integrare le competenze esistenti, con nuovi approcci e competenze digitali, in grado di affrontare adeguatamente queste nuove sfide. Il progetto si basa sul lavoro del Consortium per lo sviluppo di un nuovo e aggiornato curriculum formativo per rispondere alle esigenze dei beneficiari dei servizi di cura e sfruttare adeguatamente le nuove opportunità offerte dalle tecnologie.

Il progetto risponde quindi alla priorità di una maggiore comprensione e sviluppo delle competenze digitali e, in generale, della trasformazione digitale attraverso percorsi innovativi di upskilling. Pertanto, nella sua metodologia e in tutta la gestione e l'attuazione generale, sosterrà la priorità strategica del piano d'azione,



lo sviluppo di un ecosistema educativo digitale ad alte prestazioni, costruendo capacità e comprensione critica su come sfruttare le opportunità offerte dalle tecnologie digitali per l'insegnamento e l'apprendimento a tutti i livelli e per tutti i settori e per sviluppare e attuare piani di trasformazione digitale delle istituzioni.

Il partenariato di cooperazione consentirà ai membri del consortium di aumentare la qualità e la pertinenza delle loro attività, attraverso lo scambio o lo sviluppo di nuove pratiche e metodi che potrebbero portarli a diventare centri di apprendimento lungimiranti.

L'ambito del progetto risponde anche alla priorità che riguarda la promozione di Erasmus+ tra tutti i cittadini e le generazioni.

METODOLOGIA

I focus group sono stati organizzati in Bulgaria (11 caregiver), in Grecia (19 caregiver), in Italia (10 caregiver) e in Kosovo (10 caregiver). Un totale di 50 caregiver hanno partecipato a questi focus group.

L'intento dei focus group è stato quello di individuare facilitatori e barriere rispetto al precedente supporto che avevano come caregiver al fine di consentire l'identificazione dei diversi interventi già utilizzati, analizzandone l'efficacia. Più precisamente, gli obiettivi erano:

- Analisi e valutazione delle metodologie pregresse utilizzate nelle attività di formazione per i caregiver familiari; Ricerca e approfondimento dell'analisi dei fabbisogni formativi;
- Definizione delle metodologie adottate;
- Sviluppo della struttura teorica per l'implementazione del modello, che verrà fornita al personale coinvolto nella formazione in qualità di formatore.

E' stato preparato in anticipo un questionario al fine di orientare e aiutare l'analisi dei risultati dei focus group. Il questionario è stato preparato in inglese e poi tradotto in tutte le lingue dei partners in modo che i caregiver potessero rispondere nella loro lingua.

Dopo i risultati dello studio, i partners hanno deciso la struttura del curriculum sulla base di questi risultati e dei bisogni espressi dai caregiver.

RISULTATI DI APPRENDIMENTO / ESITI

I principali risultati di tutti i focus group sono i seguenti:

- La maggior parte dei caregiver nei paesi coinvolti sono prevalentemente donne. Queste informazioni riflettono un aspetto culturale in cui le donne generalmente assumono responsabilità di cura all'interno delle famiglie. È importante combattere questa ideologia e cercare di includere più uomini in questo campo e garantire un sostegno equo a tutti i caregiver, indipendentemente dal genere.

- Una parte significativa dei caregiver rientrava nella fascia di età 50-60 anni. Ciò evidenzia l'impatto del cambiamento demografico: a causa dell'allungamento dell'aspettativa di vita media, un numero maggiore di persone tende a soffrire di malattie demenziali e necessita di interventi mirati. È fondamentale realizzare azioni di promozione della solidarietà intergenerazionale nel care-giving, al fine di sostenere i caregiver più anziani e di coinvolgere i giovani e le nuove generazioni.
- La durata dell'esperienza di assistenza varia tra i partecipanti, con una percentuale notevole che fornisce assistenza per più di tre anni. Questo sottolinea l'impegno e la dedizione a lungo termine richiesti ai caregiver di demenza (la maggior parte di loro sono familiari), ma allo stesso tempo sottolinea la necessità di un aiuto costante e di risorse adeguate per prevenire il burnout e lo stress, garantendo in questo modo il benessere sia del caregiver che del paziente.
- I risultati dell'indagine rivelano una preoccupante mancanza di formazione formale tra i caregiver, in particolare in Italia, dove nessuno degli intervistati ha ricevuto alcuna formazione per diventare caregiver. Ciò significa che devono essere implementati più programmi di formazione, resi accessibili a tutti e adattati alle esigenze specifiche dei caregiver di demenza. Sarebbe meglio includere sia la modalità tradizionale che quella digitale, al fine di soddisfare le diverse preferenze di apprendimento degli individui e adattarsi ai loro livelli di competenza tecnologica.
- La Grecia e il Kosovo hanno registrato tassi di adozione più elevati di strumenti digitali per la formazione dei caregiver rispetto all'Italia e alla Bulgaria. È essenziale riconoscere il potenziale delle tecnologie digitali nel colmare i divari tra le persone e l'accesso alla formazione e all'istruzione, dando loro la possibilità di sviluppare le proprie competenze e abilità e migliorare e facilitare la comunicazione.

In conclusione, i risultati dell'indagine sottolineano l'importanza fondamentale di sostenere i caregiver di persone affette da demenza attraverso una formazione mirata, l'istruzione e l'accesso a strumenti digitali, al fine di fornire loro risorse preziose, alleviare alcuni degli oneri, aumentare la loro fiducia e il loro benessere mentale.

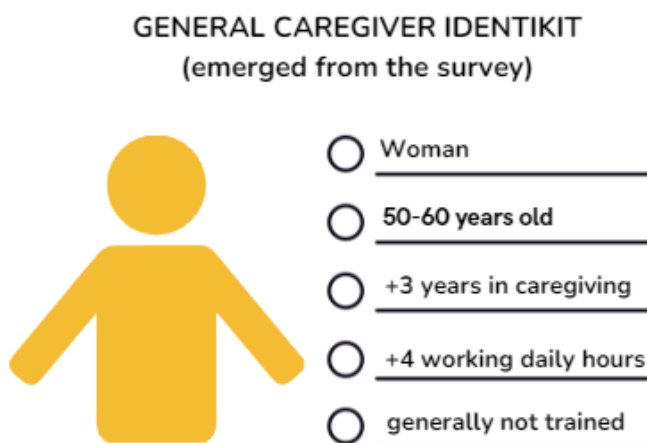


Figura 11: Identikit del caregiver

VALUTAZIONE

Dopo i risultati dei focus group, il team ha creato gli argomenti del curriculum per soddisfare le esigenze dei caregiver. Il curriculum è stato definito in 5 moduli: alfabetizzazione informatica e dati, comunicazione e collaborazione, creazione di contenuti digitali, sicurezza e risoluzione dei problemi utilizzando strumenti digitali. Ogni partner era stato responsabile di un modulo basato sulla sua esperienza. I moduli sono stati scritti e poi discussi da tutti i partner.

Il secondo passo è stata la formazione dei formatori. La formazione si è svolta ad Atene nel luglio 2024. Ogni partner aveva la responsabilità di trovare 4 formatori per essere presente e formato ad Atene. Quattro tirocinanti provenienti dall'Italia, quattro dalla Grecia, quattro dal Kosovo e quattro dalla Bulgaria (per un totale di 16 tirocinanti) hanno partecipato a un corso di formazione di 3 giorni riguardante il curriculum. L'obiettivo finale era che questi formatori formassero i propri utenti finali, caregiver o operatori sanitari riguardo al programma Digital Tools for Dementia Caregivers. I tirocinanti di Dementia Care, Alzheimer's Athens Association, ECSA Kosova e Compassion Foundation hanno dovuto formare a loro volta 50 persone (per un totale di 200 caregiver o professionisti della salute).

I partner avevano la responsabilità di creare le presentazioni per la formazione e di essere presenti nei diversi giorni di formazione per tenere d'occhio la formazione. I tirocinanti hanno utilizzato le presentazioni ufficiali del progetto e hanno formato gli altri partecipanti. Al termine della formazione, tutti i partecipanti hanno ricevuto i certificati di partecipazione.

MODULO 1 – ALFABETIZZAZIONE ALL'INFORMAZIONE E AI DATI

1.1 Definizione di health literacy e di e-health literacy

"La Health Literacy è legata all'alfabetizzazione e comporta la motivazione, le conoscenze e le competenze per accedere, comprendere, valutare e applicare le informazioni sanitarie al fine di formulare giudizi e prendere decisioni nella vita quotidiana riguardanti l'assistenza sanitaria, la prevenzione delle malattie e la promozione della salute per mantenere o migliorare la qualità della vita durante tutto il corso della vita" (Sorensen et al., 2012). L'obiettivo finale dell'alfabetizzazione alla salute è quello di migliorare la qualità della vita delle persone e aiutarle nella vita di tutti i giorni a trovare le informazioni corrette e utili riguardanti la loro salute.

L'alfabetizzazione sanitaria è necessaria per tutti gli aspetti della nostra vita quotidiana. Da una semplice visita dal nostro medico per capire il problema e chiedere un parere medico a una comprensione approfondita delle informazioni fornite su un foglietto illustrativo o un'etichetta alimentare o a questioni più complicate come la comprensione delle informazioni delle politiche del Ministero della Salute. L'alfabetizzazione sanitaria è implicata nella prevenzione delle malattie e nella promozione della salute. Un semplice esempio per comprendere l'importanza dell'alfabetizzazione sanitaria è la recente esperienza che abbiamo avuto con la pandemia di Covid-19, le misure adottate, i vaccini e l'interpretazione (vera o falsa) riguardo alle decisioni prese dai vari ministeri della Salute per far fronte alla situazione di emergenza.



Al fine di utilizzare correttamente l'Health Literacy, sono necessarie competenze supplementari. Prima di tutto, dobbiamo trovare le informazioni riguardanti il problema di salute specifico che stiamo vivendo. Il passo successivo è comprendere le informazioni trovate in base alle nostre capacità di lettura e comprensione. Inoltre, dobbiamo valutare se le informazioni sono affidabili e chiare e, infine, dobbiamo essere in grado di applicare le informazioni sanitarie acquisite.

Anche se l'alfabetizzazione sanitaria sembra essere, almeno oggi, evidente con tutte le informazioni che abbiamo, un recente sondaggio di Health Literature Europe (<https://www.healthliteracyeurope.net/>) su 8000 partecipanti in 8 paesi, ha concluso che il 40% dei partecipanti ha riportato bassi livelli di Health Literacy e per questo motivo appaiono comportamenti problematici per la salute e anche cattiva salute auto-percepita. I risultati mostrano l'urgente necessità di migliorare l'alfabetizzazione sanitaria.

Dopo aver definito l'alfabetizzazione sanitaria, dobbiamo interessarci a un altro termine più recente: alfabetizzazione e-health. È definita come la capacità di individuare, comprendere, scambiare e valutare informazioni sanitarie da ambienti online in presenza di fattori contestuali dinamici e di applicare le conoscenze acquisite a tutti i livelli ecologici allo scopo di mantenere o migliorare la salute (Paige et al., 2018).

1.2 Identificazione e descrizione di un problema di salute

Riconoscere e descrivere un problema di assistenza sanitaria è il primo e più importante passo in una procedura medica. Tuttavia, esprimere e comunicare il problema non è così evidente come sembra, soprattutto per la popolazione anziana e le persone con problemi mentali o cognitivi. Nella comunicazione verbale, percepiamo e produciamo il linguaggio attraverso le parole, l'elaborazione del pensiero le nostre idee sul mondo e su ciò che viviamo, così come attraverso i nostri sentimenti e stati d'animo. È la forma di comunicazione più ovvia, dove tutto si esprime immediatamente attraverso il linguaggio e le informazioni vengono percepite dagli altri in qualsiasi circostanza sociale. Ma non c'è solo la comunicazione verbale. La comunicazione non verbale funziona in modo leggermente diverso. Sono le informazioni non comunicate attraverso il linguaggio e la parola. Consiste nelle informazioni percepite attraverso il contatto visivo, la prossimità, il movimento delle mani e della testa e il linguaggio del corpo in generale, come la postura e l'aspetto. Numerosi studi hanno dimostrato quanto sia importante la comunicazione non verbale nel trasmettere un messaggio.

Quando cerchiamo di capire un problema di salute espresso in qualche modo da una persona di cui ci stiamo prendendo cura, dobbiamo applicare forme di comunicazione sia verbali che non verbali. In primo luogo, il caregiver deve avviare conversazioni con la persona di cui si prende cura, soprattutto se nota che sta iniziando meno conversazioni da solo. Per avere una comunicazione di successo, i caregiver devono ricordarsi di parlare in modo chiaro e lento, usando frasi brevi e stabilendo un contatto visivo con la persona quando parla o fa domande. Inoltre, devono dare loro il tempo di rispondere, perché i pazienti possono sentirsi sotto pressione se cercano di accelerare le loro risposte e di incoraggiarli a partecipare alla conversazione e lasciarli parlare da soli durante le discussioni sul loro benessere o sui loro problemi di salute senza cercare di trattarli con condiscendenza o ridicolizzare ciò che dicono. Il caregiver deve fornire loro semplici scelte o opzioni e utilizzare altri modi per comunicare, come riformulare le domande perché non possono rispondere come prima. Come accennato in precedenza, la comunicazione non è solo parlare.

I gesti, il movimento e le espressioni facciali potrebbero trasmettere un significato o aiutare a trasmettere un messaggio. Il linguaggio del corpo e il contatto fisico diventano significativi quando il linguaggio è difficile per una persona con problemi mentali o cognitivi.

È anche importante che il caregiver incoraggi la persona a comunicare ciò che vuole, in ogni modo possibile. Ricorda, è frustrante quando non riusciamo a comunicare in modo efficace o veniamo fraintesi. La comunicazione è un processo bidirezionale. Un caregiver di una persona con demenza dovrà probabilmente imparare ad "ascoltare" più attentamente. Potrebbe essere necessario essere più consapevoli dei messaggi non verbali, come le espressioni facciali e il linguaggio del corpo. Potrebbero dover usare più contatto fisico, come rassicuranti pacche sul braccio, o sorridere oltre a parlare. Questo tipo di ascolto, chiamato ascolto attivo, potrebbe trarre beneficio dall'uso del contatto visivo per guardare la persona e non interromperla, anche se il caregiver potrebbe pensare di sapere cosa sta dicendo. Inoltre, dovrebbero interrompere ciò che stanno facendo in modo da poter prestare la massima attenzione alla persona mentre parla e ridurre al minimo le distrazioni che potrebbero ostacolare la comunicazione, come la televisione o la radio che suonano troppo forte. Un modo efficace di comunicazione potrebbe essere quello di ripetere alla persona ciò che hanno sentito e chiedere se è accurato, oppure chiedere loro di ripetere ciò che hanno detto.

1.3 Informazioni necessarie in una visita medica

Il rapporto con un medico è un rapporto molto personale costruito sulla comunicazione e sulla fiducia. Nella scelta di un medico, la "fiducia" sarà funzionale. Si dovrà avere una propensione alla fiducia, al confidarsi e dire al medico le proprie preoccupazioni per la salute riguardo alla persona di cui ci si prende cura. Il medico, a sua volta, dovrebbe ascoltare, dare opzioni e feedback e avere in mente l'interesse del paziente. Ci sono alcune caratteristiche importanti che si dovrebbero controllare prima di scegliere un medico. Prima di tutto, i caregiver dovrebbero verificare se è disponibile a parlare con loro o se hanno bisogno di riprovare ancora e ancora per trovarlo. Inoltre, dovrebbero verificare se il medico è disposto ad ascoltarli attentamente e se il suo studio è vicino a loro in modo che, in caso di emergenza, sarà facile per loro raggiungerlo.

Durante una visita medica, e soprattutto se il paziente non è in grado di descrivere accuratamente i problemi di salute, è molto importante che il caregiver sia accurato riguardo ai sintomi dei pazienti. Ad esempio, se dicono che il paziente sta provando dolore, questa è una descrizione molto generica ma se dicono che il paziente sente dolore alla testa e alla mano destra, il caregiver dà la possibilità al medico di fare un esame migliore e una diagnosi migliore.

Inoltre, è molto utile notare quando compare un sintomo. Se sta accadendo tutti i giorni nell'ultimo mese o se è successo una volta e, quindi, è un semplice incidente. È anche importante menzionare quanto dura questo sintomo e quanto è intenso.

Inoltre, è essenziale menzionare al medico se c'è qualche cambiamento recente nella prescrizione medica del paziente, se ci sono altri problemi di salute che potrebbero influenzarlo o se ci sono effetti collaterali in qualsiasi medicinale che ha usato in passato.

Infine, è anche importante imparare ad ascoltare attentamente quando si è in visita da un medico, al fine di avere una buona comunicazione. Il caregiver deve aspettare fino a quando non finisce di fargli qualsiasi

domanda invece di parlare contemporaneamente con lui, altrimenti né il caregiver né il medico si capiranno.

1.4 Suggerimenti per una visita medica di successo

Al fine di avere una comunicazione medica di successo con il medico, è necessario seguire alcune regole al fine di costruire una partnership efficace:

Prima di tutto, il caregiver dovrebbe essere organizzato. I medici sono impegnati, quindi i pazienti devono sapere come ottenere il massimo dal loro tempo limitato con loro. Ciò significa che devono essere organizzati e concentrati sulle questioni che vogliono affrontare. Dovrebbero pensare in anticipo alle domande a cui vogliono rispondere, scrivere e dare priorità a tali domande, evidenziando le tre o quattro principali che vogliono discutere nella visita medica specifica.

Inoltre, i caregiver devono tenere buoni registri. Devono fornire al proprio medico informazioni valide e accurate sui sintomi e sui farmaci dei loro pazienti in modo che il medico disponga degli strumenti necessari per diagnosticare accuratamente la condizione e prescrivere un trattamento appropriato. Un elenco di farmaci e integratori che il paziente sta assumendo, i sintomi recenti e le date in cui si sono verificati, eventuali test recenti e i nomi di altri medici che il paziente sta vedendo potrebbero essere informazioni utili da condividere con il medico. Migliore è la comunicazione dei bisogni e delle preoccupazioni, migliore è la risposta del medico.

Inoltre, i caregiver dovrebbero bilanciare l'assertività con il rispetto e la comprensione. Sebbene sia importante far conoscere al medico le esigenze del caregiver e del paziente o se sono insoddisfatti, è altrettanto importante esprimere apprezzamento per gli aspetti positivi della comunicazione e del trattamento che il medico propone.

Infine, prima di lasciare lo studio del medico, il caregiver dovrebbe scoprire il modo migliore per tenersi in contatto tra una visita e l'altra, sia tramite l'infermiera, via e-mail o lasciando messaggi telefonici. I caregiver devono tenere presente che il medico è anche una persona con una vita personale e non può essere a sua disposizione ogni volta che ha bisogno di un consiglio o di un servizio.

Al fine di rendere la visita medica il più produttiva possibile, il caregiver potrebbe seguire i suggerimenti seguenti:

- Portare una matita e un taccuino per prendere appunti.
- Mantenere la discussione concentrata, assicurandosi di riportare le domande e le preoccupazioni principali, i sintomi e le preoccupazioni.
- Chiedere chiarimenti se non si capisce ciò che gli è stato detto o se il caregiver ha ancora domande.
- Chiedere spiegazioni sugli obiettivi del trattamento e sugli effetti collaterali.
- Far sapere al medico se il paziente sta vedendo altri medici o operatori sanitari.
- Condividere informazioni su eventuali test medici recenti.
- Prendere le difese del paziente, se le preoccupazioni del caregiver non vengono affrontate.
- Bilanciare l'assertività con la cordialità e la comprensione.



1.5 Scegliere parole chiave relative alla salute

Grazie a Internet, oggi è possibile trovare risposte su problemi di salute senza contattare il medico. Questo potrebbe essere utile ma potrebbe anche essere pericoloso perché, poiché i caregiver non sono medici, potrebbero fraintendere, sovrastimare o sottovalutare le informazioni cercate su Internet.

Per trovare un'informazione utile e affidabile su Internet, qualcuno dovrebbe iniziare con una buona ricerca sul web. Questo potrebbe essere possibile cercando con parole chiave le informazioni che stiamo cercando. Una parola chiave è una particolare parola o frase che descrive il contenuto di una pagina Web, un collegamento che riassume un'intera parte della pagina dei metadati di una pagina Web. La maggior parte degli utenti di Internet utilizza parole chiave o frasi chiave per cercare informazioni sui motori di ricerca, in quanto facilitano e aiutano a effettuare ricerche più efficaci sul web. Se viene selezionata la parola chiave corretta, è facile navigare sul Web.

Per trovare la parola chiave o la frase corretta relativa alle informazioni richieste, ci sono alcuni passaggi da seguire:

1. Scrivere su un foglio la domanda/ ricerca, per la quale la persona vuole informazioni. Provare a definire la domanda sotto forma di frase.
Esempio: Mia moglie/mio marito è molto irritato durante le ore notturne. Come posso gestire questo comportamento?
2. Definire la popolazione a cui la persona è interessata per la domanda specifica. Considerare la popolazione specifica e/o il disturbo.
Esempio: persone affette da demenza, anziani, demenza
3. Definire il problema a cui la persona è interessata per la domanda specifica. Considerare i sintomi e le categorie a cui appartengono i sintomi.
Esempio: Nell'esempio precedente la categoria specifica è l'irritazione e i disturbi comportamentali nella demenza.
4. Trovare parole correlate alla domanda, che nell'esempio fornito sarà la gestione del comportamento e annota diverse parole che indicano le informazioni richieste.
Esempio: soluzioni, affrontamenti, opzioni di trattamento/assistenza
5. Combinare tutti i passaggi precedenti nella ricerca sul web
Esempio: come affrontare l'irritazione/comportamento durante la notte in un paziente con demenza

1.6 Valutazione delle risorse web

Come detto prima, le risorse web potrebbero essere utili ma potrebbero anche essere pericolose se le informazioni non sono affidabili. Sfortunatamente, non tutte le informazioni possono essere attendibili in quanto le informazioni possono essere fuorvianti, vecchie o la fonte non può essere attendibile. Per questo motivo, è molto importante essere sicuri dell'affidabilità delle informazioni prima di utilizzarle. In questo capitolo, forniremo informazioni e consigli al fine di controllare e valutare la risorsa web prima di utilizzare le informazioni recuperate per la ricerca del problema.

Gli aspetti importanti che necessitano di valutazione per potersi fidare di una risorsa web sono 4:

1. Affidabilità del sito web: è più sicuro utilizzare un'informazione letta online da un sito appartenente a un'istituzione medica (Mayo clinic), a una nota organizzazione senza scopo di lucro o a qualsiasi



altra organizzazione pubblica o privata di fiducia in materia di salute (ad es. Alzheimer's Association, Association for Cardiovascular Diseases and Diabetes, ecc.).

2. **Fruibilità del sito web:** è più sicuro utilizzare un'informazione proveniente da un sito web o da una fonte che sia facile da usare e che sia semplice nella navigazione. Si riferisce alla misura in cui un sito web è facile da usare e fornisce un'esperienza utente positiva per quanto riguarda il suo design e la sua struttura.
3. **Accessibilità del sito web:** è più sicuro utilizzare un'informazione proveniente da un sito web o da una fonte facile da trovare, in cima alla lista nei risultati del motore web.
4. **Leggibilità delle informazioni:** questo è molto importante in quanto riguarda l'informazione stessa. Prima di utilizzare le informazioni, la persona dovrebbe controllare la data in cui il testo è stato pubblicato online (può essere trovato alla fine o all'inizio della pagina del sito web). Inoltre, durante la lettura del testo, il lettore dovrebbe verificare se è breve, utilizzando frasi semplici e parole familiari evitando il gergo e se evita errori di grammatica, punteggiatura e ortografia. È chiaro che un articolo scritto con errori di ortografia ed errori grammaticali o di sintassi non dovrebbe essere considerato scientifico. Inoltre, il lettore dovrebbe notare se il testo evita di ripetere le stesse frasi o paragrafi più e più volte e se utilizza un linguaggio neutro rispetto alla cultura e al genere. Infine, il lettore deve prestare attenzione alla semplicità delle informazioni fornite non solo all'interno del testo ma anche della grafica.

MODULO 2 – COMUNICAZIONE E COLLABORAZIONE

2.1 Strumenti digitali: esplorare l'impatto sul caregiving

I caregiver informali sono parte integrante dell'invecchiamento della società di oggi. Gli strumenti digitali consentono ai caregiver di trovare risorse e supporto, nonché di coordinare le attività di caregiving. Bilanciare queste attività con altre faccende domestiche e lavorative può essere difficile. Una buona comunicazione e condivisione delle responsabilità sono essenziali per ridurre lo stress e, in ultima analisi, prevenire l'affaticamento del caregiver (esaurimento fisico, mentale ed emotivo a lungo termine che porta a stanchezza, ansia e depressione).

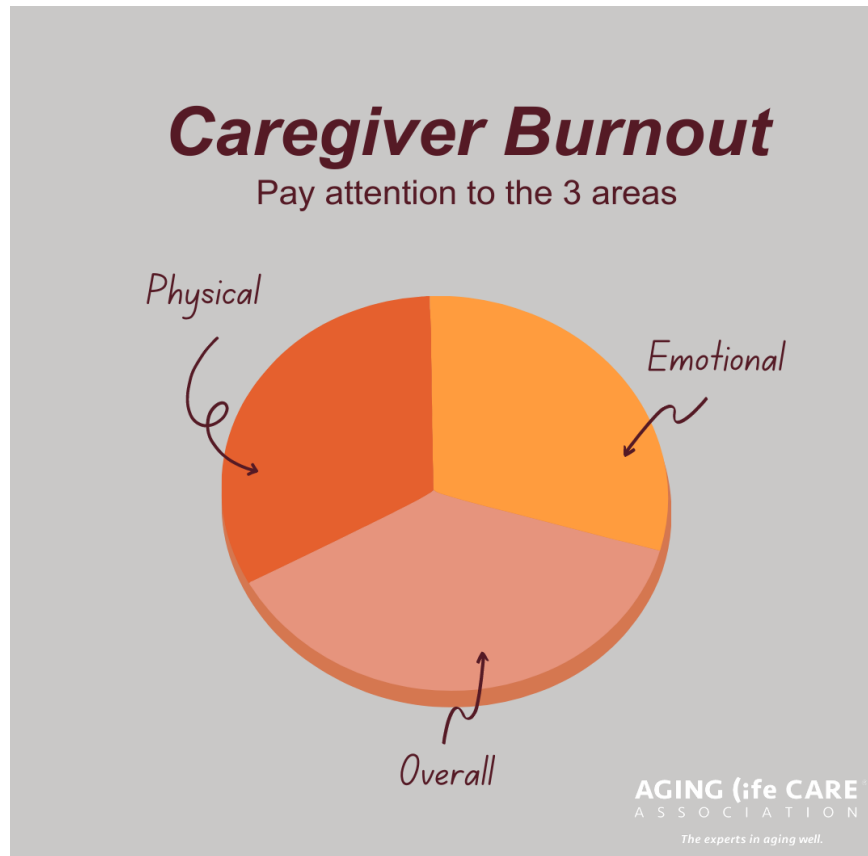


Figura 1: <https://susanbirenbaum.com/what-are-the-signs-of-caregiver-burnout/>

2.1.1 Caregiving: un costo fisico e mentale

Il termine "caregiving" si sente sempre di più in questi giorni e questa attività è davvero lodevole.

Questo compito può portare a depressione, ansia, stress e rabbia. Ci sono una serie di fattori che contribuiscono al carico psicologico del caregiving, inclusa la mancanza di supporto. I caregiver possono sentirsi isolati e non supportati, soprattutto in assenza di una rete di supporto adeguata.

La "*Caregiving Appraisal Scale*" (2000) di M. Powell Lawton, Miriam Moss, Christine Hoffman e Margaret Perkinson ha esaminato i sentimenti e le esperienze di questa categoria coraggiosa e silenziosa.

E ciò che emerge da queste diverse raccolte di informazioni è simile:

I caregiver sperimentano rabbia, stanchezza, senso di colpa (paura che il loro lavoro non sia sufficiente) o la propria percepita "inutilità".

Secondo un'indagine del 2005 del Center on Ageing di Washington DC:

- Il 16% dei caregiver avverte affaticamento;
- il 26% sente la pressione emotiva del proprio lavoro;



- Il 13% è profondamente deluso dalla mancanza di auto-miglioramento del proprio caro;
- Il 22% affronta la paura di non essere in grado di far fronte alle responsabilità dei propri compiti alla fine della giornata, la paura del futuro che li attende e la paura della propria incapacità di farvi fronte.

La pressione sui caregiver si manifesta anche a livello fisico (già messa alla prova da compiti pratici), rendendo facile per loro ritrovarsi con problemi di stomaco, mal di testa, possibilmente dolore da lavoro pesante, una serie di disfunzioni immunitarie e problemi che spesso derivano dalla mancanza di tempo e risorse per prendersi cura di se stessi.

L'onere dell'assistenza è un concetto correlato. Mostra sintomi simili al burnout, come affaticamento, esaurimento emotivo, ansia e depressione. Tuttavia, è particolarmente causato dalle continue responsabilità del caregiving. I caregiver spesso sentono che nessun altro può prendersi cura dei loro cari come loro, portando a sentimenti di dipendenza e isolamento. Questa tensione emotiva può influire negativamente sulla qualità complessiva della vita.

2.1.2 Internet e i social media contro il burnout del caregiver

Prendersi cura dei caregiver è un compito prezioso e impegnativo. I caregiver spesso affrontano una serie di sfide emotive e fisiche.

Questa sezione fornisce informazioni sull'uso di Internet e dei social media in relazione ai caregiver, compreso il supporto online e offline. Uno studio ha dimostrato che la comunicazione e la connessione online e offline possono alleviare il disagio psicologico dei caregiver.

Ciò è particolarmente importante in quanto i caregiver spesso sperimentano alti livelli di stress e ansia.

1. Gruppi di supporto online: i gruppi di supporto online possono essere molto preziosi per i caregiver. Attraverso questi gruppi, i caregiver possono condividere esperienze, chiedere consigli e ridurre i sentimenti di isolamento. Tuttavia, è importante utilizzare questi gruppi in modo equilibrato e informato.
2. Uso dei social media: alcuni caregiver non usano frequentemente i social media o Internet. Questo può aumentare il rischio di isolamento sociale e di aumento dello stress. È quindi utile incoraggiare i caregiver a unirsi a gruppi di supporto online.

In sintesi, sia l'uso consapevole dei social media che le connessioni offline possono aiutare a migliorare il benessere dei caregiver. È importante trovare un equilibrio tra queste due forme di supporto in modo che i caregiver possano affrontare al meglio le sfide del caregiving.

2.1.3 Caregiver e tecnologia: cosa vogliono e di cosa hanno bisogno

La tecnologia svolge un ruolo importante nel supportare i caregiver e i destinatari delle cure.

Negli ultimi anni, i progressi della tecnologia digitale hanno apportato cambiamenti significativi al settore sanitario, offrendo nuove opportunità per i caregiver e i destinatari delle cure.

Di seguito sono riportate alcune considerazioni chiave:

- Continuità delle cure: la tecnologia ha consentito ai caregiver di fornire assistenza a distanza. Attraverso app e servizi online, i pazienti possono essere monitorati e possono essere forniti consigli e orientamenti;
- Supporto alla vita quotidiana: i prodotti e i servizi tecnologici possono facilitare le attività quotidiane dei caregiver e migliorare la qualità della vita sia dei pazienti che dei caregiver;
- Differenze di genere e sociali: è importante considerare le differenze di genere e sociali che influenzano l'esperienza di caregiving. Il Comitato delle donne dell'ASSD ha condotto un'indagine sui servizi sanitari digitali, concentrandosi sulle esigenze sanitarie dei cittadini in materia di alfabetizzazione digitale.

In sintesi, la tecnologia offre strumenti preziosi per migliorare l'assistenza e la qualità della vita sia per i caregiver che per i destinatari dell'assistenza.

2.2 Digital Health: un potenziale per supportare i caregiver

L'uso diffuso della telemedicina e di altri strumenti digitali da un lato, e l'introduzione di tecnologie avanzate in ambito sanitario, dall'altro, hanno innescato una significativa innovazione nella moderna pratica clinica. Infatti, l'uso della tecnologia in ambito sanitario ha aperto la strada a un'ampia gamma di benefici sia per i pazienti che per i loro familiari, consentendo l'utilizzo di strumenti di sicurezza avanzati e la formazione degli operatori sanitari sui temi della privacy e della sicurezza, senza trascurare l'aspetto fondamentale della protezione dei dati personali e medici dei pazienti. Apre la strada a un'ampia gamma di benefici sia per i pazienti che per i loro familiari.

Gli strumenti digitali e le innovazioni tecnologiche sono particolarmente importanti durante la crisi COVID-19, quando i pazienti e gli operatori sanitari devono ridurre il rischio di infezione. Tuttavia, ben oltre la pandemia, gli strumenti high-tech possono migliorare la qualità della vita di tutti coloro che sono a rischio di diventare caregiver. Questo è ciò che riguarda la digital health: aiutare a realizzare l'eterno desiderio umano di prendersi cura dei nostri cari.



Figura 2:<https://699pic.com/tupian/chahua-shoujiceshi.html>

2.2.1 Innovazioni tecnologiche per i caregiver e le persone affette da demenza

Le soluzioni digitali, se ben comprese e utilizzate, possono fare la differenza e sono importanti per contribuire a migliorare l'assistenza sanitaria e sociale per i caregiver, le famiglie, le comunità e la società nel suo complesso.

Oltre ai limiti strutturali (European Digital Performance Indicators, Italia al 18° posto), le disuguaglianze economiche, sociali e di genere possono essere ostacoli all'uso giusto ed equo delle tecnologie digitali. Secondo l'analisi dell'OMS sulla regione europea nel 2022, la regione europea che beneficerà maggiormente dei servizi sanitari digitali sarà quella che avrà maggiori difficoltà ad accedere alla salute digitale o che farà un uso limitato degli strumenti disponibili. Tuttavia, tra le più istruite, sono le donne a guidare l'accesso alla salute digitale per se stesse e le loro famiglie. Pertanto, l'alfabetizzazione digitale delle donne, in particolare, è fondamentale per realizzare i significativi benefici per la salute che le tecnologie digitali possono apportare ai caregiver, alle famiglie, alle comunità e alla società nel suo complesso.

2.2.2 In che modo la tecnologia può potenziare tutti i caregiver

La tecnologia ha il potenziale per trasformare i servizi di assistenza. Provare le app per tenere traccia di farmaci, appuntamenti e routine. Prendere in considerazione strumenti di sicurezza come rilevatori di cadute e sistemi di risposta alle emergenze. I servizi di telemedicina consentono inoltre un facile accesso agli operatori sanitari.

La tecnologia non solo aiuta con la sicurezza e il mantenimento dell'efficienza, ma offre anche tranquillità. Essere aperto ai nuovi progressi tecnologici che possono semplificare le complesse attività di cura, snellire la comunicazione e garantire il benessere dei propri cari. Abbracciare la tecnologia può trasformare l'esperienza di caregiving e renderla più gestibile e meno stressante.

2.2.3 I vantaggi degli strumenti tecnologici e dell'innovazione

Le innovazioni tecnologiche, hanno il potenziale per migliorare significativamente la vita delle persone affetti da demenza, delle loro famiglie e dei caregiver. Esploriamo alcuni dei modi in cui la tecnologia può avere un impatto positivo:

1. Tecnologie assistive per l'assistenza: il numero crescente di persone affette da demenza e l'invecchiamento dei caregiver rendono sempre più difficile fornire cure assistive di alta qualità alle persone affetti da demenza.

I modelli di assistenza con tecnologia assistiva possono ridurre l'onere per i caregiver e migliorare la qualità dell'assistenza. Queste tecnologie possono aiutare i pazienti a mantenere la routine quotidiana e le connessioni sociali, soprattutto nelle prime fasi della demenza. Hanno anche il potenziale per ridurre la necessità di assistenza a lungo termine.

2. Ausili per la comunicazione:



- Dispositivi tecnologici come telefoni, interfacce di chat e videoconferenze possono connettere pazienti, operatori sanitari e operatori sanitari geograficamente distanti.
- Tali strumenti riducono la necessità di frequenti visite a casa del paziente con demenza o in casa di cura.
- Inoltre, ci si aspetta che la tecnologia faciliti gli interventi terapeutici cognitivi orientati e sostenga i membri della famiglia tra una sessione e l'altra, influenzando così la progressione della demenza.

3. Monitoraggio e percezione:

- Le persone con demenza spesso sperimentano difficoltà di equilibrio e deambulazione, difficoltà di deambulazione e comportamenti legati allo stress, che fanno aumentare il rischio di cadute, lesioni e altri problemi di salute.
- Sensori indossabili, videocamere e altri dispositivi di monitoraggio possono tracciare i modelli di movimento e le cadute.
- Le prove sono contrastanti, ma alcune di queste tecnologie possono ridurre l'ansia ai pazienti e alle loro famiglie.
- I suggerimenti per il tracciamento GPS e l'orientamento aumentano l'indipendenza, mentre i promemoria audio/visivi supportano le attività della vita quotidiana.

4. Orologi progettati per la demenza:

- Gli orologi appositamente progettati possono aiutare ad alleviare l'ansia associata alla demenza.
- Le persone con demenza possono confondere il giorno e la notte e un orologio di facile lettura li aiuta a distinguere l'ora.

5. Robot per l'assistenza domiciliare e telecamere domestiche:

- I robot possono aiutare nelle attività quotidiane, ricordare ai pazienti di assumere i farmaci e tener loro compagnia;
- Le telecamere domestiche forniscono monitoraggio remoto e controlli di sicurezza, garantendo il benessere del paziente anche quando il familiare non è fisicamente presente.

6. Utilizzo del dispositivo di monitoraggio:

- I dispositivi intelligenti possono monitorare l'uso di elettrodomestici (ad es. stufe e forni) e avvisare gli operatori sanitari quando vengono lasciati accesi o rappresentano un rischio per la sicurezza.

7. Strumento di gestione dei farmaci:



- Strumenti di gestione dei farmaci; Gestione tecnologica dei programmi dei farmaci, dei promemoria e delle ricariche per ridurre il rischio di dosi dimenticate.

Questo approccio collaborativo, multidisciplinare e centrato sulla persona è essenziale nell'implementazione di queste innovazioni per garantire i migliori risultati possibili per i pazienti e le loro reti di supporto.

2.3 Soluzioni digitali: una guida pratica per aiutare chi aiuta

La tecnologia digitale offre soluzioni pratiche per i caregiver che vogliono risolvere problemi, apprendere nuove competenze e ottenere supporto; offre un contributo al miglioramento dell'esperienza del caregiver sfruttando la tecnologia per:

- Migliorare i processi di attivazione e utilizzo del portale per i pazienti;
- Rendere la pianificazione degli appuntamenti più rapida e semplice con modelli di appuntamento standardizzati e promemoria automatici;
- Migliore comunicazione attraverso un portale web accessibile da remoto per ridurre il carico di documentazione del caregiver;
- Ridurre i tempi di attesa.



Figura 3: <https://www.inspirisys.com/practice-overview>

2.3.1 Alcuni degli strumenti per aiutare a gestire l'assistenza

- **Il Fascicolo Sanitario Elettronico (FSE):** è uno strumento prezioso per i caregiver che si prendono cura di persone anziane con malattia di Alzheimer; Contiene informazioni su visite mediche, esami e prescrizioni. Ogni volta che si utilizza un servizio sanitario, i documenti vengono automaticamente inseriti nel fascicolo.

L'attivazione del FSE per i genitori anziani:

- Accedere al sito web privato del fascicolo sanitario locale.
- Le opzioni di accesso o di accesso includono l'Inserimento del codice fiscale e la password.



- Una volta effettuato l'accesso, si sarà in grado di visualizzare tutte le cartelle cliniche del paziente.
- Sono compresi referti medici, esami e consulenze specialistiche.

Il titolare del FSE può autorizzare i professionisti del settore medico a visualizzare i propri file; l'accesso al FSE può essere delegato a una o più persone di fiducia. Questa autorizzazione consente ai caregiver di assistere i genitori anziani nell'accesso al portale.

Vantaggi del FSE per i caregiver:

- Accesso istantaneo alle cartelle cliniche senza dover portare con sé documenti fisici durante le visite mediche.
 - I file vengono aggiornati automaticamente dopo ogni servizio medico.
 - È possibile inserire informazioni aggiuntive che non sono disponibili nel FSE.
- **Il calendario elettronico:** Gestire l'agenda di una persona malata richiede attenzione e organizzazione. Ecco alcune soluzioni per gestire gli orari in modo efficace:
- Gestisci i propri appuntamenti: il calendario elettronico permette di segnare e organizzare i propri appuntamenti, riunioni ed eventi. È possibile visualizzare le pianificazioni giornaliere, settimanali e mensili.
 - Promemoria e notifiche: si possono impostare promemoria per gli appuntamenti e ricevere avvisi quando si avvicina il momento. Le notifiche ricordano gli appuntamenti importanti.
 - Sincronizzazione del dispositivo: la maggior parte dei calendari elettronici sincronizza automaticamente i dati tra i dispositivi (computer, smartphone e tablet). In questo modo si può accedere alle informazioni ovunque.
 - Personalizzazione: alcuni calendari consentono di personalizzare le categorie, i colori e le etichette degli appuntamenti. Ciò consente di organizzare diverse attività in modo efficace.
 - Condivisione: alcune app consentono di condividere il proprio calendario con altri. Ad esempio, si può condividere il proprio calendario con colleghi o familiari per pianificare eventi comuni.
 - Integrazione con altri strumenti: alcuni calendari elettronici possono essere integrati con servizi di posta elettronica, mappe e altre app per semplificare la pianificazione e la gestione degli appuntamenti.

2.3.2 Inclusione digitale nel caregiving

Sebbene non sia stata ancora trovata una cura per la demenza, sono state introdotte nuove innovazioni per ridurre l'onere delle cure e rendere la vita più confortevole e sicura per le persone con diagnosi di demenza.



- **Servizi di telefonia di emergenza:** Un esempio è la Federazione Alzheimer Italia, la più grande associazione nazionale di volontariato senza scopo di lucro dedicata al sostegno e alla difesa dei malati di Alzheimer e delle loro famiglie.
Fondata principalmente dalle famiglie dei pazienti, la Federazione è il principale punto di riferimento per la malattia di Alzheimer in Italia. Dal 1993 la Federazione Italiana Alzheimer è il primo servizio telefonico in Italia a fornire supporto, aiuto e orientamento ai pazienti e alle loro famiglie. Gestisce 'Pronto Alzheimer'. Chi chiama può parlare con altri familiari, volontari o professionisti per ottenere diversi tipi di informazioni (sulla malattia, il suo decorso, come curare la persona malata, ecc.) o semplicemente come un'opportunità per chattare.
- **Diari di cura:** documenti per tracciare le caratteristiche e le preferenze delle persone malate. Ciò consente di effettuare interventi in modo più rapido ed efficace quando necessario. I diari aiutano a comprendere meglio la persona e a personalizzare l'assistenza.
- **App Alzheimer:** l'app a cui ti riferisci sembra essere un prezioso strumento interattivo disponibile gratuitamente sia nell'App Store che nel Google Play Store. L'app fornisce informazioni aggiornate da fonti accreditate, inclusi dettagli sulla demenza, la gestione del comportamento dei pazienti, i servizi disponibili e le strutture di assistenza locali. Include anche storie personali e un quiz per sfatare i miti comuni sulla demenza.

Sitografia:

- [Aiutare chi aiuta: soluzioni digitali per i caregiver - ITU Hub](#)
- Ao, S.H., Zhang, L., Liu, P.L. *et al.* I social media e la partnership alleviano insieme il disagio psicologico dei caregiver: esplorando gli effetti della connessione online e offline. *BMC Psychol* 11, 394 (2023). <https://doi.org/10.1186/s40359-023-01415-9>
- Lawton, M.P., Moss, M., Hoffman, C., & Perkinson, M. (2000). *Scala di valutazione del caregiving. Il gerontologo.*
- [Caregiving familiare: il peso del supporto e dell'accudimento quotidiano \(humantrainer.com\)](#)
- <https://www.sanita-digitale.com/tendenze/tecnologie-per-caregiver-e-assistiti/>
- <https://www.sanita-digitale.com/in-evidenza/cura-e-assistenza-il-supporto-della-tecnologia-a-pazienti-operatori-e-caregiver/>
- <https://assd.it/wp-content/uploads/2019/07/Le-tecnologie-al-servizio-dei-caregiver-e-dei-loro-assistiti.pdf>
- <https://navigavita.it/assistenza-innovativa-il-ruolo-fondamentale-della-tecnologia-intelligente-nel-supporto-ai-genitori-anziani>
- <https://www.centroalzheimer.org/area-familiari/la-malattia-di-alzheimer/atteggiamento-con-il-malato/problemi-piu-frequenti-e-modalita-di-gestione/>
- <https://www.bing.com/ck/a?!&p=9f375894f17ec6aaJmltdHM9MTcxMzA1MjgwMCZpZ3VpZD0xZjU4MGNkOS03N2FILTZhMjEtMDIIZC0xZWlyNzY3MzZiMTImaW5zaWQ9NTMxNA&ptn=3&ver=2&>



- [hsh=3&fclid=1f580cd9-77ae-6a21-09ed-1eb276736b12&psq=come+gestire+gli+appuntamenti+del+malato+per+non+andare+in+burden+con+il+calendario+elettronico&u=a1aHR0cHM6Ly93d3cuZm9jdXMuaXQvc2NpZW56YS9zYWx1dGUvYXBwLXBhemllbnRpLWRLbWVuemEtYWx6aGVpbWVyLWNhcmVnaXZlci8&ntb=1](https://www.bing.com/ck/a?!&psq=come+gestire+gli+appuntamenti+del+malato+per+non+andare+in+burden+con+il+calendario+elettronico&u=a1aHR0cHM6Ly93d3cuZm9jdXMuaXQvc2NpZW56YS9zYWx1dGUvYXBwLXBhemllbnRpLWRLbWVuemEtYWx6aGVpbWVyLWNhcmVnaXZlci8&ntb=1)
- [Burden del caregiver - Cos'è e come affrontarlo secondo l'ACT \(ospedemariamaria.it\)](https://www.ospedemariamaria.it)
 - [Caregiver burden: vissuti emotivi e fatiche del prendersi cura \(stateofmind.it\)](https://stateofmind.it)
 - <https://www.assistenzadomiciliarenomos.it/wp-content/uploads/2023/03/Guida-alle-terapie-non-farmacologiche-alzheimer.pdf>
 - <https://www.bing.com/ck/a?!&p=afb8a1c52851bb13JmldHM9MTcxMzA1MjgwMCZpZ3VpZD0xZjU4MGNkOS03N2FILTZhMjEtMDIIZC0xZWlyNzY3MzZiMTIImaW5zaWQ9NTMwOA&ptn=3&ver=2&hsh=3&fclid=1f580cd9-77ae-6a21-09ed-1eb276736b12&psq=app+alzheimer+per+far+sentire+i+caregivers+meno+sol+i&u=a1aHR0cHM6Ly93d3cuZm9jdXMuaXQvc2NpZW56YS9zYWx1dGUvYXBwLXBhemllbnRpLWRLbWVuemEtYWx6aGVpbWVyLWNhcmVnaXZlci8&ntb=1>
 - <https://www.bing.com/ck/a?!&p=209d98c52f83e531JmldHM9MTcxMzA1MjgwMCZpZ3VpZD0xZjU4MGNkOS03N2FILTZhMjEtMDIIZC0xZWlyNzY3MzZiMTIImaW5zaWQ9NTM1Nw&ptn=3&ver=2&hsh=3&fclid=1f580cd9-77ae-6a21-09ed-1eb276736b12&psq=app+alzheimer+per+far+sentire+i+caregivers+meno+sol+i&u=a1aHR0cHM6Ly93d3cuZm9jdXMuaXQvc2NpZW56YS9zYWx1dGUvYXBwLXBhemllbnRpLWRLbWVuemEtYWx6aGVpbWVyLm9yZy9hcmVhLWZhbWlzaWFyaS9sYS1tYWxhdHRpYS1kaS1hbHpoZWltZXIvYXR0ZWdnaWFtZW50by1jb24taWwtbWFsYXRvL3Byb2JsZW1pLXBpdS1mcmVxdWVudGktZS1tb2RhbGloYS1kaS1nZXN0aW9uZS8&ntb=1>
 - [Così si cura l'Alzheimer | Fondazione Umberto Veronesi \(fondazioneveronesi.it\)](https://fondazioneveronesi.it)
 - <https://www.fondazioneveronesi.it/magazine/articoli/neuroscienze/cosi-si-cura-lalzheimer>
 - <https://spezzalindifferenza.it/questo-sono-io-un-diario-per-aiutare-chi-si-prende-cura-di-un-malato-di-alzheimer/>
 - <https://www.disabili.com/prodotti/articoli-qprodotti/alzheimer-app-laiuto-interattivo-per-i-familiari-di-malati-di-alzheimer>
 - <https://www.centrophoenix.net/anziani/alleviare-lo-stress-del-caregiver-unendo-le-tecniche-di-realta-virtuale-e-mindfulness/>
 - <https://www.humanitas-care.it/news/il-burn-out-da-caregiver-un-percorso-integrato-in-humanitas-medical-care/>
 - <https://www.neuralword.com/it/article/guida-pratica-su-come-attivare-il-fascicolo-sanitario-per-genitori-anziani>
 - [Burnout da caregiver: come la tecnologia porta aiuto e speranza | HIMSS](https://www.himss.it)
 - [Tecnologie per caregiver e assistiti - Sanità Digitale \(sanita-digitale.com\)](https://www.sanita-digitale.com)
 - [Demenza e Blended-care: modalità di supporto al caregiver nell'era digitale \(stateofmind.it\)](https://stateofmind.it)
 - <https://www.sanita-digitale.com/tendenze/tecnologie-per-caregiver-e-assistiti/>
 - <https://assd.it/wp-content/uploads/2019/07/Le-tecnologie-al-servizio-dei-caregiver-e-dei-loro-assistiti.pdf>
 - [I social media e la partnership alleviano insieme il disagio psicologico dei caregiver: esplorare gli effetti della connessione online e offline | Psicologia BMC | Testo completo \(biomedcentral.com\)](https://www.biomedcentral.com)



- [Aiutare chi aiuta: soluzioni digitali per i caregiver - ITU Hub](#)
- [Malattia di Alzheimer: l'aiuto della tecnologia - Focus.it](#)
- [Tecnologia e caregiving: interventi emergenti e direzioni per la ricerca | Il gerontologo | Oxford Accademico \(oup.com\)](#)

MODULO 3 – CREAZIONE DI CONTENUTI DIGITALI

3.1 Creare esperienze di apprendimento immersivo: una prospettiva di progettazione pedagogica

Uno dei motivi principali per cui vale la pena, investire in un ambiente di apprendimento immersivo è il suo "fattore presenza". I lavoratori remoti e ibridi a volte possono perdere gli aspetti di coinvolgimento più profondi offerti dai programmi di apprendimento. Gli investimenti nell'apprendimento immersivo aiutano a connettere i team a distanza e ad attivare il loro interesse per l'apprendimento creando un senso di presenza. L'apprendimento immersivo lo fa cancellando le barriere del mondo fisico e fornendo esperienze simulate quasi reali a persone remote e ibride.

Su altri livelli, investire in esperienze di apprendimento immersivo offre vantaggi tangibili:

- Aiuta a costruire il pensiero emotivo e cognitivo nel processo di apprendimento e di esperienza. Tecnologie come VR, AR e contenuti basati sul metaverso offrono un'immersione completa, che produce un quoziente di coinvolgimento delle persone più elevato.
- L'uso di tecnologie di apprendimento immersivo ha permesso di integrare meglio i principi dell'apprendimento scientifico negli approcci di acquisizione. Ciò lo rende più "d'impatto" rispetto agli approcci tradizionali e non immersivi.
- L'integrazione di Big Data e strumenti di analisi dell'apprendimento nei prodotti di apprendimento immersivo significa che i team L&D possono ora fare un uso migliore dei dati per valutare l'efficacia dell'apprendimento e misurare il ritorno sugli investimenti in formazione.
- L'uso della progettazione spaziale nei contenuti di apprendimento immersivo aiuta a offrire alle persone un'esperienza di formazione più realistica. Ciò non solo aumenta la conservazione delle conoscenze, ma migliora anche il trasferimento delle conoscenze sul posto di lavoro.

Quando le persone non trovano l'apprendimento stimolante o sentono che le loro esperienze di apprendimento sono inefficaci, tendono a disimpegnarsi o a gravitare verso la partecipazione passiva. Il modo migliore per affrontare questi problemi è investire nella creazione di ambienti di apprendimento immersivi che motivino, entusiasmino e connettano le persone tra loro e con le esigenze di apprendimento.

Offrire esperienze di apprendimento coinvolgenti promette diversi vantaggi, tutti basati su un corpus di ricerche scientifiche, tra cui:



- Un maggior grado di apprendimento personalizzato.
- Maggiore trasferimento delle conoscenze attraverso l'introduzione del "fai e impara" interattivo.
- Esperienze di apprendimento più realistiche nel mondo reale, perché le persone non solo simulano ciò che dovranno affrontare sul lavoro, ma possono anche esercitarsi più volte in scenari specifici, se necessario, per acquisire competenza.
- Opportunità per far sì che le persone "falliscano prima" esponendoli a una serie di scenari futuri simulati.
- Eliminazione dei rischi associati all'apprendimento in ambienti di apprendimento tradizionali e non immersivi, come l'utilizzo di sostanze chimiche pericolose, agenti patogeni contagiosi o situazioni chirurgiche ad alto rischio.
- Capacità di sfruttare i dati in tempo reale per avviare interventi di apprendimento tempestivi e basati sui dati. Questo feedback in tempo reale migliora le loro capacità decisionali nel mondo reale.
- Realizzare un migliore ritorno sulle iniziative di apprendimento fornendo alle persone ibride le competenze per avere un impatto positivo sui risultati aziendali.

I lavoratori remoti e ibridi in genere incontrano barriere più elevate all'apprendimento e un numero molto maggiore di interruzioni e problemi durante l'apprendimento. Gli approcci di apprendimento tradizionali, come la revisione di lezioni basate su testo, l'ascolto di contenuti didattici audio o la visione di una presentazione PowerPoint, in genere coinvolgono gli studenti attraverso livelli inferiori di interazione cognitiva.

Questi approcci non sono altrettanto efficaci per un vero coinvolgimento. L'apprendimento immersivo, d'altra parte, utilizza tecnologie, tecniche e contenuti di apprendimento che stimolano più sensi, coinvolgendo così le persone a livelli cognitivi molto più elevate. Le persone che fanno parte del lavoro ibrido, quindi, hanno maggiori probabilità di assorbire i contenuti formativi e di partecipare con maggiore entusiasmo all'apprendimento.

L'implementazione di successo di soluzioni di apprendimento immersivo richiede un approccio metodico. La chiave è definire un ambiente di apprendimento immersivo, appropriato e di supporto. Ciò comporta un'attenta pianificazione e progettazione per creare un ambiente di apprendimento immersivo che non solo sia unico per le esigenze di apprendimento di un'organizzazione, ma adotti anche approcci di progettazione incentrati sulla persona, integri altre iniziative di formazione e sviluppo in corso e li aiuti a mettere in pratica la teoria nel loro contesto lavorativo unico.

Ecco come l'ambiente di apprendimento può offrire esperienze di apprendimento positive e immersive.



Progettazione di contenuti immersivi

Considerare la centralità della persona: ciò richiede di offrire esperienze di apprendimento uniche a ogni persona.

Attingere alle motivazioni delle persone: un ottimo modo per attingere alla motivazione della persona è promuovere i benefici delle opportunità di apprendimento ovunque e quando possibile. Evidenzia la proposta di valore "WIIFM" (cosa ci guadagno?): auto-miglioramento, promozioni, aumenti di stipendio, certificazioni professionali, accreditamento del settore, riconoscimento, rispetto dei pari e prospettive più brillanti.

Sfruttare i cinque aspetti dell'intelligenza emotiva (EI) - autoconsapevolezza, autoregolazione, automotivazione, consapevolezza sociale e abilità sociali e gestione delle relazioni - è parte integrante dell'offerta di esperienze di apprendimento cognitive immersive positive alle persone a distanza.

Fare appello ai valori fondamentali delle persone: assicurarsi che i contenuti e l'esperienza di apprendimento siano in linea con un insieme di valori fondamentali degli apprendisti, inclusa una mentalità di apprendimento continuo.

Tenere conto della necessità di promuovere la partecipazione e il coinvolgimento degli studenti quando si progettano i programmi:

- Includere aspetti dell'apprendimento interattivo nella progettazione dei programmi e nella progettazione di scenari e casi d'uso pratici a cui i team di lavoro ibridi possono essere correlati.
- Sfruttare la potenza delle simulazioni.
- Includere promemoria e suggerimenti delicati per incentivare gli studenti ibridi a impegnarsi con il programma.
- Sfruttare gli strumenti di supporto alle prestazioni per valutare i risultati degli studenti a distanza mentre esplorano i loro percorsi di apprendimento personali.

Fattori di accessibilità e diversità, equità e inclusione (DEI): assicurarsi che tutti i contenuti e gli elementi di progettazione ambientale siano conformi agli standard DEI applicabili, tra cui il modello volontario di accessibilità dei prodotti (VPAT) e le linee guida per l'accessibilità dei contenuti web (WCAG).

Strategie di apprendimento immersivo

Scegliere la strategia giusta: la qualità delle esperienze di apprendimento immersivo è guidata dalla strategia. Pertanto, è importante scegliere la giusta strategia di apprendimento immersivo, che si tratti di gamification, apprendimento basato su storie, simulazioni ramificate, AR/VR/ER e MR, apprendimento basato su video o apprendimento basato su scenari.



Prendere in considerazione l'apprendimento in movimento e l'apprendimento sempre e ovunque come parte di un design di apprendimento dinamico e reattivo: a tal fine, sfruttare gli interventi di microlearning, l'apprendimento just-in-time e gli strumenti di apprendimento sul posto di lavoro come parte del proprio ambiente di apprendimento immersivo.

Sfruttare gli scenari del mondo reale: il modo migliore per garantire che il proprio ambiente di apprendimento immersivo raggiunga gli obiettivi dichiarati è renderlo pertinente e riconoscibile per il pubblico di destinazione. A tale scopo, centrando i contenuti di apprendimento su scenari e casi d'uso del mondo reale e non sulla base di un apprendimento ipotetico o astratto.

Sfruttare il social learning e le coorti di apprendimento per offrire esperienze di apprendimento immersive personalizzate: creare e incoraggiare la formazione di comunità di apprendimento in modo che le persone possano trarne vantaggio dall'apprendimento tra pari. Incoraggiare l'apprendimento sociale organizzando webinar, discussioni di gruppo, seminari, colloqui con esperti in materia (PMI), ecc.

Includere aspetti del feedback in tempo reale o quasi in tempo reale nell'ambiente: offrire opportunità per istruire e guidare gli studenti mentre interagiscono con il programma di apprendimento immersivo. Incorporare un feedback in tempo reale sulle prestazioni, guidato dalle scale di valutazione più appropriate applicabili al proprio target ibrido. Mappare le zone di valutazione personalizzate per esaminare le prestazioni di ogni persona all'interno della propria organizzazione.

Tecnologia di apprendimento immersivo

Scegliere la tecnologia "basata sui contenuti": la tecnologia è l'elemento fondamentale per creare esperienze coinvolgenti per i caregiver. Questo perché tutti gli altri componenti dell'ambiente immersivo, inclusi i contenuti, le interazioni e i tipi di interventi utilizzati (video a 360 gradi, animazioni, podcast, ecc.) dipendono dalla scelta della tecnologia appropriata.

Utilizzare una combinazione di tecnologia immersiva e strategia dei contenuti per migliorare l'impatto (VR gamificata, VR basata sul microlearning, metaverso, VR aumentata [AVR]): la tecnologia e i contenuti sono due pilastri di una strategia di apprendimento immersivo. È importante utilizzare entrambi i pilastri per promuovere l'eccellenza l'uno nell'altro. Ad esempio, una strategia di apprendimento in movimento non decollerà senza il supporto della tecnologia mobile appropriata e del design reattivo.

Sfruttare le LXP per creare percorsi di apprendimento immersivi e apprendimento personalizzato: le piattaforme per l'esperienza degli studenti (LXP) sono fondamentali per offrire esperienze di apprendimento immersive. Poiché ogni persona ha uno stile di apprendimento unico e ognuno ha obiettivi di apprendimento individuali, le LXP possono personalizzare e realizzare su misura l'ambiente di apprendimento per invogliare le persone a immergersi e interagire con i contenuti di apprendimento.

Pensieri di separazione

Prima di iniziare a pianificare e sviluppare esperienze di apprendimento immersivo per il proprio posto di lavoro, c'è una regola d'oro da ricordare: mentre le tecnologie di apprendimento all'avanguardia come AI, VR e AR forniscono la base per l'immersione, la creazione di un ambiente di apprendimento immersivo



non dovrebbe essere l'unico obiettivo. Il vero apprendimento immersivo richiede sia un'architettura tecnica globale che contenuti accattivanti e coinvolgenti. Concentrarsi su un aspetto della soluzione a scapito dell'altro può comportare un ritorno limitato sull'investimento nell'apprendimento immersivo.

3.2 Modi per fornire esperienze di apprendimento immersive

L'apprendimento immersivo viene sempre più utilizzato nelle organizzazioni aziendali per scopi di formazione e sviluppo dei dipendenti. I professionisti dell'apprendimento e dello sviluppo (L&D) si sono resi conto che, al fine di migliorare al massimo l'assorbimento e la conservazione delle competenze e delle conoscenze, devono aiutare gli studenti/dipendenti a sperimentare le cose in prima persona. Ma questo non è possibile in ogni momento, quindi la seconda cosa migliore è creare ambienti simulati o artificiali intorno agli studenti/dipendenti che permettano loro di apprendere come se stessero imparando da un'esperienza reale. L'apprendimento immersivo offre alle persone un ambiente coinvolgente e altamente interattivo sia virtualmente che fisicamente, mettendoli al centro di un'esperienza di apprendimento. Ma in che modo le organizzazioni aziendali possono incorporare la formazione nei loro programmi di apprendimento digitale? Questo è ciò di cui parleremo in questo articolo.

1. Simulazioni

Le simulazioni sono uno dei modi migliori per immergere le persone in un ambiente di apprendimento virtuale. Una simulazione è solitamente un computer o un programma mobile che consente allo studente di prendere il controllo di un personaggio che ci si aspetta esegua correttamente determinati compiti. Le simulazioni sono state utilizzate già nel 1947 per addestrare gli studenti a svolgere un particolare compito. Ad esempio, i piloti trascorrono migliaia di ore in esercitazioni simulate prima di entrare nella cabina di pilotaggio di un aereo reale. Oggi, i software avanzati consentono agli studenti provenienti da quasi tutti i settori di affinare le proprie competenze prima di applicarle nel mondo reale. Tuttavia, le simulazioni sono utilizzate al meglio nei settori in cui l'applicazione corretta delle competenze apprese potrebbe essere una questione di vita o di morte. Ad esempio, l'industria manifatturiera sanitaria, chimica o farmaceutica, o dove gli errori potrebbero rivelarsi piuttosto costosi, come l'industria automobilistica o delle costruzioni.

2. Apprendimento basato sul gioco

Un altro ottimo modo per offrire un apprendimento immersivo ai dipendenti/studenti è offrire loro moduli di apprendimento digitale gamificati. Gli studenti moderni sono abituati a giocare sui loro computer, laptop e smartphone e sono un ottimo modo per mantenere gli studenti coinvolti mentre li aiutano a imparare. La gamification offre un'esperienza di apprendimento immersiva agli studenti per una serie di motivi, tra cui il fatto che i giochi sono stimolanti al giusto livello (anche se questo dipende dal designer dell'apprendimento digitale), il che motiva gli studenti a giocare di più e quindi a imparare di più. In secondo luogo, la gamification utilizza le classifiche (o almeno una gamification efficace), che motiva gli studenti a competere con i loro coetanei per ottenere punteggi migliori ed essere riconosciuti. Inoltre, proprio come le simulazioni, i giochi creano un altro mondo in cui gli studenti devono svolgere determinati compiti seguendo determinate regole e ottenere ricompense e/o essere puniti per aver fatto le cose correttamente o non averlo fatto.



3. Realtà aumentata/realtà virtuale (AR/VR)

L'ultima novità in fatto di esperienze di apprendimento immersivo e la più coinvolgente di tutte è la tecnologia AR/VR. Poiché l'AR/VR coinvolge gli studenti visivamente, uditivamente e fisicamente in un modo che nessun'altra tecnica di apprendimento immersivo può fare, è ciò che un certo numero di giganti del settore utilizza per fornire ai propri studenti una formazione immersiva, e questo è ciò che un certo numero di organizzazioni aziendali sta cercando di incorporare nei loro programmi di formazione. In futuro, si parla di creare interi mondi virtuali a cui è possibile accedere utilizzando AR/VR per gli studenti, dove possono allenarsi per compiti diversi in diverse posizioni del mondo virtuale. Inoltre, AR/VR può bloccare completamente qualsiasi distrazione, ignorando i problemi di diminuzione della capacità di attenzione e offrendo un'esperienza davvero coinvolgente.

4. Video a 360 gradi

Il video è la forma di contenuto più coinvolgente attualmente disponibile, motivo per cui al giorno d'oggi alcuni corsi di apprendimento digitale sono basati su video. Ma mentre i video tradizionali possono essere visualizzati sia su computer che su dispositivi mobili, non possono eguagliare l'esperienza di apprendimento immersiva di un video a 360 gradi. I video a 360 gradi sono particolarmente utili se vuoi che gli studenti comprendano appieno le posizioni geografiche, mostrino loro il tuo edificio durante l'onboarding o li aiutino a vedere le cose che stanno accadendo contemporaneamente, dando loro una prospettiva normale e umana.

L'apprendimento immersivo è il futuro dell'apprendimento digitale, in particolare dell'AR/VR. Con l'emergere dell'IA (Intelligenza Artificiale) e i potenziali progressi futuri previsti, l'apprendimento immersivo potrebbe essere in grado di creare mondi virtuali che saranno quasi indistinguibili dal mondo reale. Cosa significherà questo per il settore dell'apprendimento e dello sviluppo? Fino a quando tali domande non avranno risposta, le organizzazioni aziendali devono accontentarsi delle tecniche di apprendimento immersivo che hanno a disposizione nel presente, che possono ancora aiutare i loro dipendenti ad assorbire e conservare meglio le informazioni.

3.3. Tecnologia di realtà aumentata per i caregiver familiari: perché è importante

Poiché la popolazione in tutto il mondo continua ad aumentare drasticamente, anche la prevalenza del deterioramento cognitivo e della demenza aumenterà inevitabilmente, ponendo un carico assistenziale crescente sulle famiglie e sui sistemi sanitari. I progressi tecnologici dell'ultimo decennio offrono un potenziale vantaggio non solo nell'alleviare il carico del caregiver di prendersi cura di una persona cara con demenza, ma anche nel consentire alle persone con demenza di invecchiare sul posto. I dispositivi tecnologici sono serviti a migliorare il funzionamento, il tracciamento e la mobilità. Allo stesso modo, smartphone, tablet e l'onnipresente world wide web hanno facilitato la diffusione di informazioni sanitarie a popolazioni precedentemente difficili da raggiungere, in gran parte attraverso l'uso di varie piattaforme di social media.

È stato anche notato che la formazione sulle demenze, migliora la gestione dell'assistenza ed il comportamento di ricerca del supporto sociale da parte dei caregiver informali (ad esempio, la ricerca di consulenza, la partecipazione a forum di discussione e gruppi di supporto informali). Anche le disparità nei livelli di istruzione formale tra i caregiver con un livello di istruzione superiore e inferiore possono influire



sulla qualità dell'assistenza, ma l'offerta di educazione alla demenza può ridurre le disparità di conoscenza tra i gruppi di caregiver con un livello di istruzione superiore e inferiore. Altri ostacoli al caregiving includono informazioni insufficienti sui sintomi comportamentali della demenza e una comprensione accurata dei benefici di una diagnosi tempestiva. Gli studi hanno dimostrato benefici per le capacità di caregiving dei partner di cura quando gli interventi includono la psicoeducazione e sono mirati ad aumentare la comunicazione tra il caregiver informale e il caregiver. Nel complesso, l'educazione alla demenza per i caregiver informali sembra avere un'influenza positiva sia sulla cura che sui risultati di salute delle persone con demenza.

I benefici dell'educazione alla demenza sono ben supportati e i caregiver informali indicano ricettività a una varietà di modalità educative, comprese le risorse basate sulla comunità e su Internet e i portali online. È stato dimostrato che gli interventi basati su Internet migliorano la fiducia del caregiver, riducono il carico percepito, aumentano l'autoefficacia, diminuiscono l'ansia, diminuiscono i sentimenti di depressione e aumentano la conoscenza sulla demenza. Una recente revisione sistematica degli interventi psicoeducativi per i caregiver di persone con demenza che vivono a casa ha incluso studi che hanno fornito interventi basati sulla tecnologia e hanno scoperto che gli interventi basati sulla tecnologia hanno ridotto il carico del caregiver. Alcuni esempi di interventi basati sulla tecnologia per i caregiver includono siti web, interventi su misura basati sul web con raccomandazioni di esperti, interventi ibridi che includono una componente online e una componente telefonica interattiva (ad esempio, consultazione per la cura della demenza e interventi con una componente solo telefonica). Gli studi che hanno confrontato l'educazione alla demenza con la partecipazione a una rete di caregiver hanno rilevato che gli interventi contenenti sia una componente educativa che una componente interattiva hanno avuto il massimo beneficio e impatto su competenze, stress, atteggiamenti, conoscenza, autoefficacia e carico percepito del caregiver.

Le componenti interattive degli interventi, con forum di discussione, e-mail e molteplici forme di presentazione informativa (ad esempio, video, vignette basate su casi), sono state le più apprezzate.

Le modalità digitali di istruzione, come le conoscenze trasmesse tramite dispositivi elettronici, media, Internet, reti informatiche a circuito chiuso o piattaforme basate sul web, hanno un impatto sull'apprendimento equivalente a quello delle modalità in presenza. Inoltre, tale apprendimento offre il vantaggio dell'erogazione remota o asincrona, in cui ogni partecipante progredisce attraverso il materiale educativo in modo autonomo. L'apprendimento digitale asincrono offre ulteriori vantaggi per le persone che vivono in aree remote o rurali, dove i lunghi tempi di attesa per i servizi specializzati e la mancanza di informazioni/programmi educativi locali sono comuni. I recenti cambiamenti all'interno dei servizi sanitari e gli sforzi per spostare i servizi verso metodi virtuali a causa della pandemia di COVID-19 hanno visto l'apprendimento online acquisire una nuova importanza. La ricerca e la sintesi delle ricerche esistenti sulle attuali modalità di educazione digitale per i fornitori di assistenza informale può essere un passo importante verso l'implementazione di programmi di educazione digitale sulla demenza per i caregiver e il miglioramento dell'accesso alle risorse educative e di supporto.

Le revisioni sistematiche precedenti hanno esaminato gli interventi basati su Internet per i caregiver di persone con demenza, concentrandosi sui metodi di valutazione, tra cui interviste qualitative, interviste basate sulla soddisfazione, feedback organizzativi e interventi erogati via telefono e computer. La presente revisione ha esaminato l'effetto dell'educazione digitale sulla demenza fornita tramite la tecnologia con

capacità di consegna a distanza, tra cui applicazioni per smartphone, telefono, video, computer (online e di rete), e si è concentrata su studi con misure pre e post al fine di determinare in modo più accurato l'impatto dell'educazione digitale. L'aumento della disponibilità e del possesso di dispositivi intelligenti con accesso a Internet hanno cambiato la distribuzione digitale delle informazioni nell'ultimo decennio, così come la motivazione a impegnarsi nell'istruzione, in parte a causa della maggiore attenzione agli approcci remoti e asincroni per l'istruzione come necessità della pandemia. Di conseguenza, l'attuale stato dell'arte esplora la base di prove per le diverse tecnologie utilizzate per l'educazione alla demenza.

Digital Tool: Extended Reality



Extended reality offers the opportunity to:

- **step into someone else's shoes,**
- **to fully understand the lived experience of another person**

The intent is placed on **experiential learning** in which users **can transform the experience into a understanding and awareness of what it is like to live with dementia.**

Software »In Your Shoes«

- 1 Allows the caregiver **to understand** what a dementia patient actually feels because it provides a manipulated environment
- 2 Aims **to train** the caregiver by comparing him with a patient with symptoms of dementia, through the simulation of reality



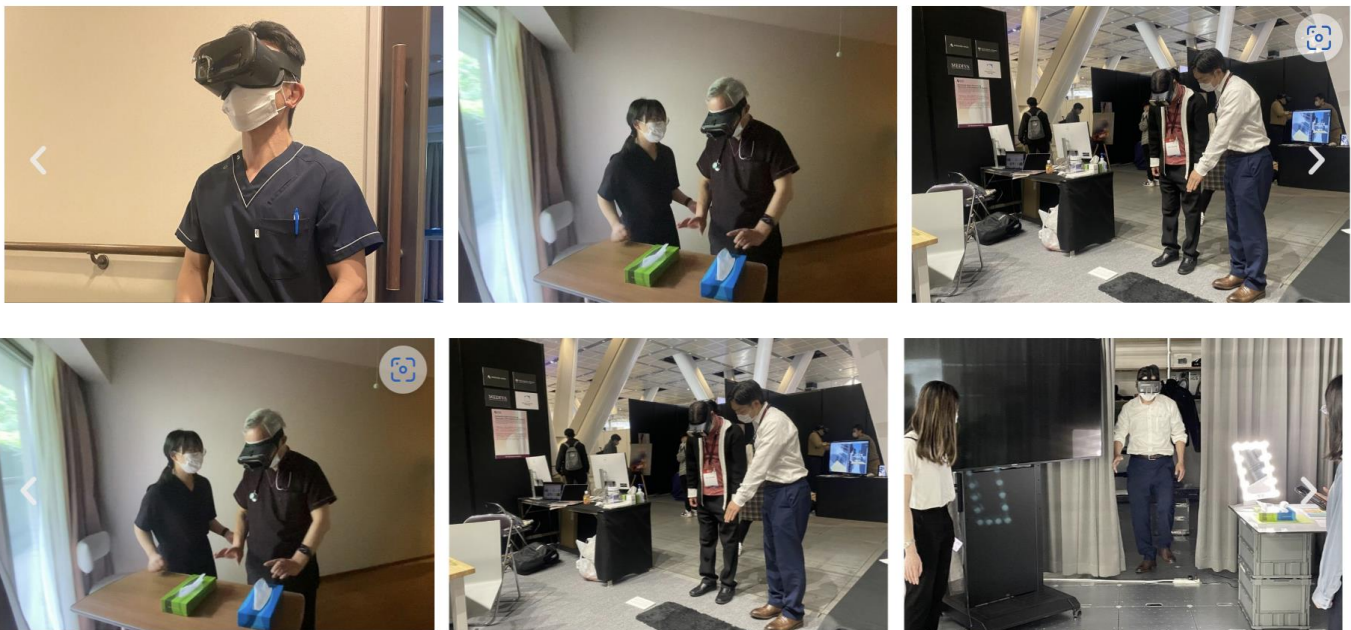
3.4 IN YOUR SHOES Software - Percepire la Demenza con la Realtà Aumentata basato sul software Dementia Eyes

Questo progetto si basa sugli studi effettuati presso la "Keio University Graduate School of Media Design" (Giappone link al video: <https://dl.acm.org/doi/10.1145/3478514.3487617>)

La demenza è una sfida nazionale crescente in Giappone. Con l'invecchiamento della popolazione, c'è un numero crescente di persone con demenza negli ospedali e nella comunità. La maggior parte degli ospedali, tuttavia, ha difficoltà a sviluppare la capacità di cura della demenza e ha prestato poca attenzione ai benefici di un ambiente favorevole alla demenza. La ricerca ha dimostrato, tuttavia, che il ricovero in ospedale ha un impatto importante sulle persone con demenza e sulle loro famiglie. Può portare a delirio, progressione della demenza, deterioramento dei sintomi comportamentali e psicologici della demenza (BPSD) e un declino delle funzioni fisiche, che a loro volta rendono più difficile l'adattamento post-dimissione e rendono difficile per i pazienti tornare a casa. C'è un bisogno fondamentale per gli ospedali di adattarsi al fine di curare meglio i loro pazienti con demenza.

Mediva Inc., una società di consulenza sanitaria e gestione dei servizi, ha notato che alcuni professionisti medici e assistenziali non sono sicuri e si sentono stressati nel trattare con le persone con demenza, in parte a causa di una mancanza di consapevolezza e in parte a causa di una mancanza di conoscenza ed esperienza. Inoltre, la maggior parte degli ospedali non dispone di ambienti costruiti favorevoli alla demenza e non utilizza l'ambiente come parte della loro strategia di cura della demenza. Mediva si è resa conto che sperimentare le prospettive delle persone con demenza ha il potenziale per sviluppare empatia verso le persone con demenza e aumentare la consapevolezza nei confronti di una migliore cura della demenza e la sua connessione con l'ambiente di cura. Ciò potrebbe aiutare ad affrontare i fattori che contribuiscono agli effetti dannosi del ricovero in ospedale e ridurre l'onere per gli operatori sanitari.

Mediva, in collaborazione con la Keio University Graduate School of Media Design (KMD), ha sviluppato un filtro di realtà aumentata (AR) chiamato Dementia Eyes per riprodurre gli effetti visivi che vengono sperimentati dalle persone con demenza, come la scarsa percezione della profondità, il restringimento del campo visivo e la diminuzione della sensibilità al contrasto. Il progetto si è avvalso di una sovvenzione del Ministero dell'Economia, del Commercio e dell'Industria "Progetto per valutare l'efficacia di prodotti e servizi per una società con demenza". Quando un utente indossa gli occhiali AR, può sperimentare il mondo che vedono le persone con demenza e le difficoltà che ne derivano. A differenza della realtà virtuale (VR), che viene riprodotta in uno spazio virtuale, l'AR consente all'utente di sperimentare questo effetto nel proprio ambiente. Vedono ancora la stanza in cui si trovano, ma attraverso il filtro AR.



La formazione sulla demenza si è tradizionalmente concentrata su lezioni in aula, ma è difficile per le persone prendere passivamente le conoscenze apprese, interiorizzarle e metterle in pratica. Mediva ha sviluppato un programma di formazione che incorpora sia l'apprendimento attivo, come "Dementia Eyes", sia l'apprendimento tradizionale, come le lezioni in collaborazione con il Dr. Asao Ogawa del National Cancer Centre in Giappone, il Dementia Services Development Centre (DSDC) dell'Università di Stirling nel Regno Unito e un gruppo di medici e infermieri che lavorano quotidianamente con persone con demenza.

Mediva ha iniziato a offrire questo nuovo tipo di servizio per ospedali, strutture di assistenza a lungo termine, aziende, organizzazioni governative e il pubblico in generale nel 2021. Questo programma consente ai partecipanti di sperimentare le difficoltà che le persone con demenza affrontano nella loro vita quotidiana. Prima e dopo l'esperienza AR, Mediva offre ai partecipanti l'opportunità di riflettere sulla propria pratica con altri partecipanti, di solito colleghi, il che rafforza le lezioni apprese e promuove cambiamenti comportamentali.

Imparano quindi la teoria e la pratica della cura della demenza e degli ambienti favorevoli alla demenza per capitalizzare la loro esperienza AR. Ricevono anche supporto per l'implementazione a livello di team o di organizzazione di ciò che hanno appreso sulla cura della demenza e sull'ambiente di cura. Ad esempio, Mediva aiuta a identificare i problemi e le soluzioni dell'ambiente costruito attraverso lo strumento di valutazione dell'ambiente favorevole alla demenza e attraverso l'esperienza AR e aiuta a implementare soluzioni.

Mediva ha fornito l'esperienza AR di Dementia Eyes a 147 operatori sanitari e a più di 250 membri del pubblico nei primi sei mesi dal suo lancio. Nel feedback di questo periodo, la maggior parte dei partecipanti ha espresso che l'esperienza dell'AR per la demenza ha migliorato la loro empatia per le persone con demenza e li ha portati a vedere la demenza come un problema di preoccupazione. Gli infermieri e gli operatori sanitari hanno osservato: "Mi ha fatto riflettere sulla mia pratica di assistenza" e i dirigenti ospedalieri hanno sottolineato una maggiore motivazione tra gli infermieri, con uno che ha affermato: "Voglio che questo sia incluso nel curriculum delle scuole per infermieri". I commenti di coloro che hanno sperimentato la demenza oculare sono stati altrettanto positivi, indicando un livello molto più elevato di consapevolezza e comprensione dopo l'esperienza AR.

Guarda il video





3.5 Come creare esperienze 3D

Lo sviluppo di software per la realtà virtuale (VR) è diventato un nuovo modo di creare contenuti multimediali e di intrattenimento. E viene utilizzato non solo per generare videogiochi. Settori come quello automobilistico, della produzione virtuale e altro ancora, stanno applicando la tecnologia VR per simulare ambienti per formare le persone e testare i prodotti in tempo reale. La realtà virtuale è una tecnologia che tenta di produrre immagini e video al computer per produrre esperienze visive di vita reale che vanno oltre quelle ottenute sul normale monitor del computer e del telefono. I sistemi VR lo fanno utilizzando la visione artificiale e la grafica avanzata per generare immagini e video 3D aggiungendo profondità e ricostruendo la scala e le distanze tra immagini 2D statiche. Vediamo insieme i migliori software di questo settore.

Sketchfab

Sketchfab è uno strumento di visualizzazione, creazione e pubblicazione basato sul Web per modelli 3D. Con questa soluzione, gli utenti possono organizzare i modelli utilizzando le opzioni di raccolta, tag e categoria dello strumento. I soggetti 3D creati possono essere incorporati e condivisi su siti web, forum e pagine di social media. Offre un visualizzatore 3D/VR universale a cui è possibile accedere su qualsiasi browser o sistema operativo senza la necessità di installare un plug-in. È disponibile anche un'app mobile.

Con l'editor 3D integrato di Sketchfab, gli utenti possono modificare il contenuto del modello, regolare l'illuminazione, scegliere i parametri della fotocamera, aggiungere filtri creativi e altro ancora. Inoltre, puoi creare un configuratore 3D personalizzato e scaricare l'app utilizzando l'estensione Download API



CenarioVR

CenarioVR è un software di realtà virtuale che aiuta le organizzazioni a creare e fornire corsi di formazione e apprendimento basati sulla realtà virtuale. Lo strumento di modifica degli oggetti 3D consente ai formatori di aggiungere, ruotare, posizionare e animare i soggetti in formato file GLB. Il programma fornisce una libreria multimediale integrata, che consente ai creatori di contenuti di personalizzare icone, azioni, forme e oggetti pre-progettati. Gli autori dei contenuti possono utilizzare la metodologia di ramificazione condizionale per aggiungere oggetti temporizzati, azioni, scene collegate, quiz e punti attivi, tra gli altri contenuti multimediali. Consente inoltre agli educatori di fornire agli utenti finali un'esperienza di apprendimento coinvolgente posizionando e riproducendo clip audio in posizioni specifiche, come destra, sinistra, davanti o dietro. Consente inoltre ai supervisori di generare analisi e valutare quiz, risposte e feedback in tempo reale.



Visualizzalo in 3D

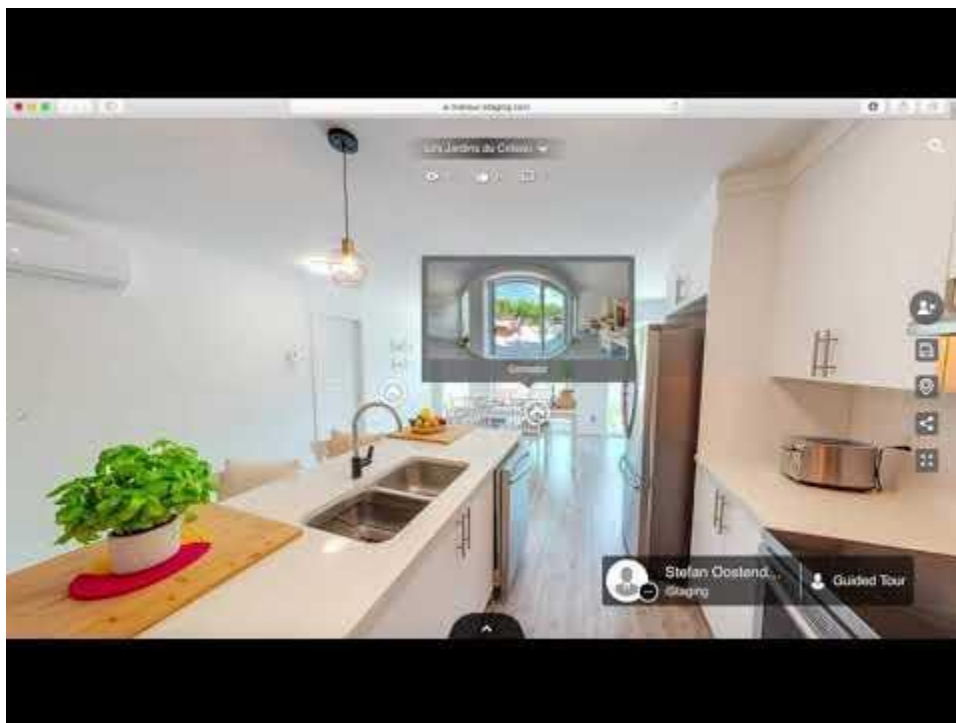
3D è un software basato su cloud che aiuta ad aumentare le vendite e ridurre i resi con la visualizzazione dei prodotti in 3D e in realtà aumentata. Il visualizzatore 3D e AR consente ai clienti di apprezzare tutti i dettagli di un prodotto e le sue texture per prendere decisioni di acquisto migliori, aumentare il tasso di conversione e ridurre i resi. È possibile aggiungere funzionalità aggiuntive come dimensioni del prodotto, animazioni, hotspot di contenuti interattivi, varianti di prodotto e molto altro. Viewit3D consente alle aziende di gestire, creare, pubblicare e personalizzare tutto. Consente inoltre agli amministratori di tenere traccia di tutte le interazioni, analizzare il comportamento dei clienti e visualizzare le prestazioni dei prodotti e delle campagne in tempo reale.



Tour dal vivo

Il software LiveTour sviluppato da iStaging è un creatore di realtà virtuale che consente ai professionisti di creare tour virtuali immersivi e catturare qualsiasi spazio in VR a 360°. Il programma può essere utilizzato per creare tour e visite guidate di case, hotel e resort, punti di riferimento, negozi al dettaglio e rendering 3D che consentono a potenziali ospiti, acquirenti, clienti, ecc. di interagire con i luoghi come se fossero realmente lì.

Con LiveTour, gli utenti non hanno bisogno di dispositivi di fascia alta o di un know-how tecnologico esaustivo per creare tour virtuali panoramici. L'applicazione trasforma gli smartphone compatibili in telecamere VR ad alta capacità per consentire agli utenti di catturare viste ad ampio raggio. Inoltre, offre riprese sferiche con risoluzione fino a 8K. In questo modo i tour virtuali sono più dettagliati, facendo sentire gli spettatori come se si trovassero all'interno di un edificio e delle sue stanze o in un ambiente esterno.



Viar360

Viar360 è una piattaforma per la creazione e la pubblicazione di contenuti progettata per aiutare le aziende a creare, condurre e gestire programmi di formazione e apprendimento virtuali per una varietà di settori come quello manifatturiero, automobilistico, dell'istruzione, aerospaziale e sanitario. Le organizzazioni possono utilizzare sessioni virtuali interattive per inserire i nuovi assunti, trasmettere la loro missione e fornire un'esperienza realistica della cultura del lavoro. La soluzione offre un sistema di gestione dei contenuti, che consente agli utenti di creare, modificare e formattare i contenuti utilizzando uno storyboard o di aggiungere elementi interattivi a singole scene e media. Offre una serie di funzionalità come editor visivo, riproduzione offline, codifica HTML5 personalizzata, visualizzazione a 360 gradi, formazione basata sulle decisioni, analisi e altro ancora.



3.6 Come utilizzare il visore 3D - PRIMI PASSI CON IL VISORE META QUEST

Se è la prima volta che si accede a Meta, è necessario avere un account Facebook per usare il proprio dispositivo, le app e l'app store. Successivamente verrà chiesto di creare un account Meta nella prima schermata del processo di configurazione del dispositivo nell'app mobile Meta Quest. Si può anche creare un account Meta sul web all'indirizzo auth.meta.com.

Come regolare il visualizzatore e impostare ciò che si vede.

Innanzitutto, si deve regolare delicatamente le lenti spostandole prima a sinistra e poi a destra fino a quando non scattano nella posizione che consente di vedere il contenuto sullo schermo nel modo più chiaro.

A questo punto regolare le cinghie laterali. Per fare ciò, far scorrere i 2 cursori su entrambi i lati della cinghia superiore.

Per allentare le cinghie laterali, far scorrere i cursori verso la cinghia superiore. Per restringerli, allontanarli dalla cinghia superiore.

Dopo aver spostato i cursori, centrare nuovamente la cinghia superiore tra i cursori, in modo che i due lati siano uguali e la cinghia superiore sia al centro della testa quando si indossa l'auricolare.

Si prega di notare che è necessario rimuovere l'auricolare per regolare nuovamente le cinghie laterali con i cursori.

Se si indossano gli occhiali, bisogna assicurarsi di inserire il distanziatore per occhiali. Indossare sempre l'auricolare partendo dalla parte anteriore.

Posizionare l'auricolare sopra la testa, quindi rimuoverlo e regolare le cinghie laterali in base alle proprie esigenze.

Dopo aver regolato le cinghie laterali, rimettere le cuffie e regolare la cinghia superiore. Per regolare, staccare la parte in velcro e riattaccarla in modo che Meta Quest 2 si trovi delicatamente sul proprio viso e l'immagine sia chiara.

Per migliorare ulteriormente la vestibilità e la nitidezza dell'auricolare, muovere delicatamente i bracci su entrambi i lati del Meta Quest 2 su e giù per regolare l'angolazione dell'auricolare rispetto al viso.

Una volta regolato il visore, seguire le istruzioni in VR e nell'app mobile Meta Quest per completare il processo di configurazione.

Guarda il video





MODULO 4 – SICUREZZA

Ogni individuo con demenza ha bisogni, preferenze e storie uniche che la tecnologia non può comprendere, cioè, a cui la tecnologia non può rispondere pienamente. Pertanto, mentre integra la tecnologia nel caregiving, dovrebbe aggiungere, non sostituire, l'attenzione personale, l'empatia e la comprensione che provengono dai caregiver.¹

4.1 Cosa sono la sicurezza online, la privacy delle informazioni, la sicurezza dei dati e gli standard di privacy

Standard sulla privacy dell'UE:

Il Regolamento generale sulla protezione dei dati (GDPR) dell'UE sostituisce la Direttiva 95/46/CE sulla protezione dei dati ed è stato progettato per armonizzare le leggi sulla privacy dei dati in tutta Europa, per proteggere e responsabilizzare la privacy dei dati di tutti i cittadini dell'UE e per rimodellare il modo in cui le organizzazioni in tutta la regione affrontano la privacy dei dati. Il GDPR è stato approvato dal Parlamento UE il 14 aprile 2016. La data di applicazione è il 25 maggio 2018, momento in cui le organizzazioni non conformi dovranno affrontare pesanti multe. Ai sensi dell'articolo 4, paragrafo 1, il termine "dati personali" indica "qualsiasi informazione relativa a una persona fisica identificata o identificabile; si considera identificabile la persona fisica che può essere identificata, direttamente o indirettamente, in particolare con riferimento a un identificativo come il nome, un numero di identificazione, dati relativi all'ubicazione, un identificativo online e a uno o più fattori specifici dell'identità fisica, fisiologica, genetica, mentale, economica, culturale o sociale di tale persona fisica." Ai sensi dell'articolo 4, paragrafo 15, per "dati relativi alla salute" si intendono "i dati personali relativi alla salute fisica o mentale di una persona fisica, compresa la fornitura di servizi di assistenza sanitaria, che rivelano informazioni sul suo stato di salute". I consulenti, i consiglieri e i terapeuti dovrebbero assicurarsi di raccogliere e conservare i dati riservati, i contatti con i clienti (personali) e i dati sanitari in conformità con il GDPR. Alcuni requisiti includono:

- Per la raccolta dei dati personali è necessario il consenso. La capacità di revocare il consenso deve essere data agli individui. Se i dati non sono stati raccolti con un processo conforme al GDPR, l'individuo deve essere contattato nuovamente in modo da fornire il consenso appropriato.
- I dati personali e sanitari devono essere mantenuti al sicuro. Questo obbligo è espresso in termini generali, ma indica alcune misure rafforzate, come la crittografia. (Fonte: sito ufficiale GDPR)².

La sicurezza dei dati si riferisce alla protezione dei dati, come quelli di un database, da forze distruttive e da azioni indesiderate di utenti non autorizzati. La definizione di norme in materia di privacy mira a proteggere la privacy dei dati dei cittadini.

La protezione della sicurezza in Internet richiede che l'individuo abbia e applichi le conoscenze sulle pratiche di autoprotezione. La protezione online dei dati personali e sensibili (ad esempio, informazioni

¹ <https://getjubileetv.com/blogs/jubileetv/dementia-and-caregiving-how-technology-is-empowering-family-caregivers>

² <http://www.eugdpr.org/> - pag.49

sanitarie), la protezione delle informazioni e il computer stesso si riferisce alla garanzia che i dati memorizzati rimangano al sicuro (sicurezza dei dati). La privacy delle informazioni, o privacy dei dati (o protezione dei dati), è la relazione tra la raccolta e la diffusione dei dati, la tecnologia, l'aspettativa pubblica di privacy e le questioni legali e politiche su di essi. Sicurezza dei dati significa proteggere i dati, come quelli contenuti in un database, da forze distruttive e da azioni indesiderate di utenti non autorizzati.³

4.2 Suggerimenti per un uso responsabile e sicuro di Internet

Come applicare un certo livello di protezione di base su computer, smartphone e dispositivi elettronici?

Prima di tutto, utilizzare la versione più recente del sistema operativo e un browser web aggiornato. È inoltre necessario installare un software antivirus ed eseguire aggiornamenti regolari. Gli allegati come video, foto o file di testo possono essere scaricati e aperti solo se provengono da fonti affidabili.

Un sito web sicuro soddisfa i seguenti criteri:

- È presente l'abbreviazione https.
- Il sito web include un avviso legale/impronta.
- La finestra del browser mostra il simbolo di un lucchetto chiuso.
- Sicurezza nei social network - prima di iniziare a utilizzare il servizio, l'utente deve sempre leggere prima i termini e le condizioni per scoprire quali dati vengono memorizzati e per quale scopo.
- Assicurati che non venga generato alcun profilo di personalità dettagliato.⁴

Altri consigli utili per la sicurezza durante il lavoro su Internet:

- Mai fornire informazioni personali come nome, password, indirizzo, telefono e altri dati personali sensibili.
- Non inviare mai le tue foto o foto dei tuoi cari.
- Mai rispondere a messaggi offensivi, minacciosi, osceni o che facciano sentire a disagio.
- Non aprire mai un'e-mail ricevuta da un mittente sconosciuto. Può contenere un virus o altro programma per danneggiare il computer.
- Fare sempre attenzione quando qualcuno ti offre qualcosa gratuitamente o inviti per impegnarsi in un'attività che promette facile e grande profitto.
- Fare attenzione quando si chatta. Ricordare che le persone online spesso fingono e possono essere chi non sono.
- Rispettare i diritti degli altri su internet.⁵

³ Per maggiori informazioni: https://www.ecounselling4youth.eu/online-material/courses/files/guidelines_en.pdf

⁴ <https://www.c-and-a.com/eu/en/shop/internet-safety>

⁵ Per saperne di più: <https://az-deteto.bg/pravila-za-sigurnost-i-bezopasnost-v-internet-/view.html>

4.3 Questioni etiche

Durante l'attuazione di un programma/servizi per le persone con demenza, possono sorgere diverse questioni etiche, insieme alle corrispondenti misure per risolverle o evitarle:

1. Consenso informato: Problema: Ottenere il consenso informato può essere difficile a causa della natura sensibile dello stato di salute.

- Azione: dare priorità alla creazione di fiducia con i partecipanti/utenti attraverso una comunicazione chiara, fornendo informazioni in formati accessibili e assicurandosi che comprendano i propri diritti. Consentire ai partecipanti di revocare il consenso in qualsiasi momento senza ripercussioni.

2. Riservatezza e privacy: Problema: Il mantenimento della riservatezza dovrebbe essere garantito soprattutto in un ambiente online poiché la divulgazione di informazioni può comportare rischi per la sicurezza dei partecipanti.

- Azione: implementare solide misure di sicurezza dei dati, come la crittografia e l'accesso limitato alle informazioni sensibili. Ottenere il consenso per la condivisione delle informazioni con le agenzie o i servizi di supporto pertinenti, garantendo l'anonimato quando possibile.

3. Problemi di sicurezza: Problema: Interagire con persone con demenza/famiglie/caregiver può esporre a rischi aggiuntivi nell'ambiente online.

-Azione: sviluppare protocolli di sicurezza, tra cui fornire ai partecipanti informazioni sui servizi di supporto, stabilire canali di comunicazione sicuri e offrire metodi di partecipazione alternativi (ad esempio, sondaggi anonimi). Dai la priorità alla sicurezza dei partecipanti sopra ogni altra cosa.

4. Trauma e disagio emotivo: Problema: Discutere le esperienze della malattia può innescare traumi e disagio emotivo tra i partecipanti.

-Azione: fornire supporto informato sul trauma durante tutto il progetto, compreso l'accesso ai servizi di consulenza e il rinvio a risorse appropriate. Offrire ai partecipanti la possibilità di evitare o posticipare le domande delicate e fornire chiare informazioni sui fattori scatenanti, se necessario.

6. Sensibilità culturale: problema: la mancata considerazione delle norme e dei valori culturali può portare a incomprensioni o perpetuare stereotipi dannosi.

-Azione: condurre corsi di formazione sulle competenze culturali per i ricercatori, interagire con i leader della comunità e gli esperti e adattare i materiali e i metodi del progetto per allinearsi alle diverse prospettive culturali. Dare priorità alla sensibilità culturale in tutte le interazioni e le comunicazioni con i partecipanti.

Affrontando in modo proattivo queste questioni etiche e implementando misure appropriate, un progetto/servizio che affronta la demenza può sostenere gli standard etici, proteggere i diritti dei partecipanti e contribuire a risultati di ricerca significativi e di impatto.

Tipi di servizi online per le persone affette da demenza e i loro caregiver



Soprattutto durante e dopo la pandemia di COVID – 19, l'uso di strumenti online è diventato molto frequente. Le persone affette da demenza e/o i loro caregiver possono beneficiare di una varietà di opzioni come servizi di sanità elettronica, consultazioni online, formazione e istruzione e applicazioni Internet. Tali possono includere, a titolo esemplificativo ma non esaustivo:

- La terapia della realtà virtuale è un approccio innovativo che si mostra promettente a migliorare la disponibilità e l'efficacia del trattamento per le malattie. Questa terapia si concentra su esperienze immersive per promuovere il cambiamento del comportamento, sviluppare capacità di coping e trattare condizioni come dolore cronico, ansia o depressione.⁶ La consulenza online può essere eseguita da un terapeuta via telefono, videoconferenza e chat online, o una combinazione di tutti e tre i metodi.
- Tra le tendenze più recenti per i pazienti c'è l'uso di app per conoscere i modelli di umore e le malattie mentali autogestite, ad esempio.⁷
- Chatbot per la salute mentale.
- I gruppi di supporto online per caregiver di demenza possono essere un supporto emotivo per i caregiver familiari. In questi gruppi le persone ricevono più di un semplice supporto: diventano parte di una comunità che comprende, eleva, e li accompagna in ogni fase del loro percorso. Essi forniscono un'opportunità di condividere esperienze e di ottenere sia emozioni che supporto pratico: un luogo per risate condivise, lacrime e intuizioni.
- Dispositivi come i sistemi di monitoraggio remoto e i sistemi di allarme indossabili sono progettati per sostenere le famiglie con persone con demenza, ma possono anche sollevare preoccupazioni sull'eccessiva sorveglianza.

I servizi online come i forum online, i gruppi di social media e le chat video consentono alle persone con demenza e/o ai loro caregiver di trovare e unirsi alle comunità di caregiver comodamente da casa.

Le tecnologie dovrebbero servire a sostenere la persona con demenza e i caregiver e non sono un sostituto del contatto umano. La tecnologia dovrebbe essere un mezzo di empowerment, non una fonte di isolamento, e l'attenzione sulla cura dovrebbe essere mantenuta. È importante anche applicare gli standard etici e scegliere la tecnologia giusta per la situazione della persona rispettata, garantendo gli strumenti adatti.

La tecnologia può essere incorporata nella cura della demenza migliorando la sicurezza e l'assistenza con empatia.⁸

MODULO 5 – RISOLUZIONE DEI PROBLEMI CON L'UTILIZZO DI STRUMENTI DIGITALI

Il supporto del caregiving è limitato e frammentato, il che può peggiorare l'impatto sulla salute associata all'assistenza, in particolare per le famiglie che risiedono in comunità emarginate. È essenziale sostenere i

⁶ <https://www.betterhelp.com/advice/therapy/therapy-and-counseling-a-new-age-of-technology-approaches/>

⁷ Williams, M. 10 tendenze per la tecnologia nel counseling e nella psicoterapia. <https://www.wolterskluwer.com/en/expert-insights/10-trends-for-technology-in-counseling-and-psychotherapy>

⁸ <https://getjubileetv.com/blogs/jubileetv/dementia-and-caregiving-how-technology-is-empowering-family-caregivers>



caregiver emarginati provenienti da contesti diversi e migliorare l'accessibilità e l'usabilità degli strumenti tecnologici, poiché sono poche le istituzioni pubbliche e private che supportano il processo di caregiving. Sebbene gli strumenti digitali siano sempre più utilizzati nel caregiving, la maggior parte dei caregiver non li utilizza. Secondo diverse analisi e fonti, solo il 7% dei caregiver attualmente utilizza o ha utilizzato la tecnologia disponibile per supportare i propri compiti di assistenza. Considerando le sfide affrontate dai caregiver familiari e dai loro stili di vita, una possibile soluzione è quella di digitalizzare il processo di caregiving. Oltre a fornire supporto quotidiano, gli strumenti digitali possono anche aiutare a risolvere i problemi. Sebbene il COVID-19 abbia creato molte sfide in tutto il mondo, ha accelerato la necessità di un uso digitale.

Gli strumenti digitali e gli assistenti possono aiutare a gestire appuntamenti, farmaci, orari e cartelle cliniche. È importante trovare uno strumento che sia facile da usare e che soddisfi le esigenze specifiche del caregiver familiare. Inoltre, la questione importante è se in questo caso il caregiver ha esperienza nell'uso del dispositivo o ha la capacità di apprendere. La tecnologia di oggi è progettata per essere intuitiva, amichevole e semplice da usare. Tuttavia, se una persona non ha esperienza nell'uso di un dispositivo tecnologico specifico, cercare di farlo può causare frustrazione, ansia o scoraggiamento.

Il processo di digitalizzazione può essere supportato da diversi strumenti quali:

1. Orologi e calendari con tecnologia assistiva
2. App per caregiver
3. Sistemi di assistenza e comunicazione a distanza
4. Smartphone
5. Promemoria vocali
6. Calendario del team di assistenza
7. Calendari digitali e file Excel
8. Gruppi di supporto online per caregiver

5.1. Orologi e calendari con tecnologia assistiva

La tecnologia assistiva fornisce una gamma di orologi e calendari che possono aiutarti a tenere traccia di tempo, giorni e mesi. Se utilizzati insieme a una bacheca e a un'agenda, possono essere utili per gestire appuntamenti, eventi sociali e attività quotidiane, come ricordare che i bidoni vengono raccolti il martedì.

Questi orologi e calendari hanno funzionalità più avanzate, come la riproduzione di messaggi preregistrati a orari specifici impostati da te o dalla tua famiglia. Questi messaggi possono servire come promemoria per assumere farmaci o portare fuori i bidoni e possono essere riprodotti fino a 20 messaggi al giorno.

5.2. App per caregiver

Le app per caregiver sono assistenti digitali che li aiutano a gestire appuntamenti, programmi di farmaci e cartelle cliniche. È fondamentale trovare app per caregiver familiari di facile utilizzo, come un calendario delle cure, che forniscano una piattaforma per l'organizzazione dei programmi di cura, delle informazioni mediche e della comunicazione tra i membri della famiglia.

App di farmaci per il caregiver familiare: queste app supportano il caregiver familiare a monitorare i farmaci o gli integratori quotidiani del parente anziano con un semplice tocco sul telefono. Le app per la gestione dei farmaci aiutano i caregiver a tenere traccia dei farmaci, dei dosaggi e degli orari della persona amata. Queste app possono inviare promemoria al caregiver e al paziente quando è il momento di assumere farmaci. È possibile utilizzare molte app, ma le migliori app per i caregiver utilizzate nel 2024 sono:

App in primo piano: [Medisafe](#) gestisce i farmaci e include promemoria dei farmaci con allarmi, notifiche quando le prescrizioni si esauriscono, avvisi di interazione farmacologica e altro ancora. Questa app è di grande gradimento tra gli utenti, i caregiver e i recensori ed è stata insignita dell'ambito titolo di "scelta dell'editore" nel Google Play Store. È la soluzione perfetta per chi si destreggia tra più farmaci e brilla quando condivide promemoria con gli altri.

La migliore caratteristica per i caregiver: Medisafe è come un assistente digitale che ti avvisa quando è il momento per il tuo genitore anziano di assumere i farmaci. Non solo, ma questa pratica app ti consente anche di tenere traccia se i farmaci sono stati effettivamente assunti. È come avere un paio di occhi in più sulla loro salute proprio nel palmo della tua mano.

5.3. Sistemi di assistenza e comunicazione a distanza

I sistemi di assistenza remota sono uno sviluppo recente che si è dimostrato molto efficace nel collegare i caregiver con i loro cari anziani, in particolare quando si trovano lontano. L'app Jubilee TV è uno di quei sistemi che consente ai caregiver familiari di comunicare con i loro parenti anziani attraverso videochiamate e promemoria fotografici, il tutto direttamente sui loro schermi televisivi. Inoltre, l'app consente anche ai caregiver di controllare la TV, il che può essere un enorme risparmio di tempo e antistress.

5.4. Smartphone

Gli smartphone possono aiutare gli operatori sanitari a garantire il completamento di attività importanti. Non riesci a ricordare se hai spento il fornello o hai preso i farmaci? Basta controllare l'app per un segno di spunta. Inoltre, l'app può inviare e-mail ai propri cari per confermare il completamento delle attività.

[Iridis](#) (gratuito) è uno strumento gratuito progettato specificamente per i caregiver che desiderano creare un ambiente confortevole per le persone con diagnosi di demenza. Viene definito uno "strumento di verifica della progettazione della demenza" che valuta lo spazio e presenta un rapporto dettagliato con raccomandazioni come contrasti di colore e miglioramenti dell'illuminazione che potrebbero migliorare significativamente la sicurezza e il comfort per la persona amata.

[Carezone](#) (gratuito) è uno strumento utile per gestire in modo efficiente l'assistenza medica. Si rivela particolarmente utile per le persone nelle prime fasi della demenza e per i caregiver durante le fasi successive. L'app organizza facilmente elenchi di farmaci, imposta promemoria su quando prenderli, ordina ricariche e tiene traccia degli appuntamenti con il medico.

5.5. Promemoria vocali

I dispositivi di promemoria vocali consentono ai caregiver di personalizzare i promemoria per i loro cari con demenza. Alcune tecnologie a controllo vocale consentono ai caregiver di programmare un promemoria in orari designati, mentre altre funzionano tramite sensori di movimento. I dispositivi che funzionano tramite il rilevamento del movimento possono essere molto utili per coloro che sono inclini a vagare, poiché i familiari possono pre-registrare un messaggio che ricorda alla persona amata di astenersi dall'uscire di casa di notte quando si avvicinano alla porta.

5.6. Calendario del team di assistenza

Un calendario del team CARE è uno strumento online personalizzato progettato per semplificare il processo di assistenza organizzando la famiglia e gli amici coinvolti nel team di assistenza. Questo strumento semplifica la condivisione di attività e informazioni con il team di assistenza, pubblicando le cose per le quali è necessaria assistenza e i membri del team possono essere a conoscenza delle attività e dei problemi specifici.

5.7. Calendari digitali e file Excel

I calendari digitali possono essere molto utili per i caregiver includendo tutte le attività, consentendo loro di sapere esattamente cosa deve essere fatto e quali attività devono essere intraprese, come ad esempio:

- Visite mediche;
- Assistenza per lo shopping;



- Tempo sociale;
- Programma dei farmaci;
- Faccende domestiche;
- Gestione delle finanze, pagamento delle bollette, budgeting, ecc.

5.8. Gruppi di supporto online per caregiver

Il Caregiver Online Support Group è una piattaforma in cui i caregiver possono connettersi con altri che stanno affrontando sfide simili e possono offrire consigli per superare le difficoltà comuni di caregiving. Questo gruppo opera via e-mail, consentendo ai partecipanti di inviare e ricevere messaggi per partecipare a discussioni, condividere le proprie esperienze, dare consigli e altri suggerimenti preziosi. La frequenza delle e-mail può variare da giornaliera a seconda delle esigenze dei caregiver.

Bibliografia:

Caregiver & Tecnologia: Cosa Vogliono e Di Cui Hanno Bisogno, Project Catalyst & HITLAB per AARP, Aprile 2016.

Caregiver e salute digitale: un'indagine sulle tendenze e gli atteggiamenti dei caregiver familiari del Massachusetts, Massachusetts eHealth Institute, giugno 2017. Sulla base di un sondaggio condotto su 700 caregiver non professionisti a Mass.

Strumenti e soluzioni digitali per i caregiver: una guida per i datori di lavoro; NORDORIENTALE; Dicembre 2018.

Tecnologia per il caregiving a distanza: una guida per i caregiver che forniscono assistenza a distanza; Archivi di Medicina Fisica e Riabilitazione,
https://www.researchgate.net/publication/354998789_Technology_for_Remote_Caregiving_A_Guide_for_Caregivers_Providing_Care_at_a_Distance [consultato il 09 aprile 2024].