

Ufficio Stampa della Provincia autonoma di Trento

Piazza Dante 15, 38122 Trento

Tel. 0461 494614 - Fax 0461 494615

uff.stampa@provincia.tn.it

COMUNICATO n. 1131 del 12/05/2017

Approvato oggi dalla Giunta provinciale il progetto per promuovere l'invecchiamento attivo

"Due passi in salute con le Acli": arriva il protocollo

Promuovere l'invecchiamento attivo e corretti stili di vita attraverso le nuove tecnologie. Sono gli obiettivi di "Due passi in salute con le Acli", un progetto che punta a promuovere: l'attività fisica, una dieta equilibrata, l'esercizio mentale e l'utilizzo delle tecnologie per la salute. Oggi, su indicazione dell'assessore alla salute e politiche sociali, Luca Zeni, la Giunta provinciale ha approvato un protocollo di collaborazione con FAP Acli, Federazione Anziani e Pensionati.

"Le persone anziane sono una risorsa importante per la nostra società - commenta l'assessore Zeni - per questo è fondamentale salvaguardarne le capacità di rimanere in buona salute. Un'adeguata attività fisica, una dieta sana ed equilibrata sono fondamentali nell'attività di prevenzione, ma bisogna prestare attenzione anche alla vita sociale e allo stare insieme agli altri, a condividere quotidianamente le proprie esperienze. Sempre più infatti, le evidenze scientifiche ci riportano una percentuale di anziani non solo a rischio di malattie cronico-degenerative, ma anche isolati socialmente. Ecco, io credo che questo progetto ci aiuterà nel favorire il cambio di prospettiva, perché l'invecchiamento non è una malattia".

Il progetto sarà condotto nell'ambito delle attività del Centro di Competenza sulla Sanità Digitale "TrentinoSalute4.0"; il Centro, governato dalla Provincia autonoma di Trento, dall'Azienda provinciale per i servizi sanitari e dalla Fondazione Bruno Kessler, ha la finalità di strutturare la collaborazione interistituzionale quale "punto di incontro" fra Sistema Sanitario, Ricerca e Territorio, divenendo quindi lo strumento di coesione tra gli indirizzi della programmazione sanitaria, i bisogni di innovazione espressi dal Servizio Sanitario provinciale e le opportunità offerte dalla ricerca e dalle nuove tecnologie digitali. Il Centro sperimenta nuovi modelli organizzativi per l'erogazione di servizi eHealth, anche nell'ambito della promozione della salute, attraverso nuove forme di collaborazione e progettazione partecipata basate su una partnership "sistema territorio-pubblica amministrazione-imprese", che rende possibile ai principali attori territoriali di giocare un ruolo attivo nel processo di ricerca, progettazione, sviluppo ed innovazione.

Obiettivi del progetto

Il progetto nasce sulla scia di una serie di attività proposte dalla Federazione Anziani e Pensionati delle Acli, che organizza delle passeggiate naturalistiche e culturali volte a promuovere la salute e il benessere delle persone anziane. Allo scopo di implementare l'aspetto educativo e motivazionale, anche con il supporto delle nuove tecnologie, la Federazione e l'Assessorato alla Salute e Politiche sociali hanno condiviso l'opportunità di coinvolgere il Centro di Competenza sulla Sanità Digitale "TrentinoSalute4.0". L'obiettivo del progetto è promuovere l'invecchiamento attivo e i corretti stili di vita attraverso l'utilizzo delle nuove tecnologie. Nello specifico, sono quattro i fattori su cui si interviene: favorire l'attività fisica, promuovere una dieta equilibrata, favorire l'esercizio mentale, promuovere l'utilizzo delle tecnologie per la salute. La Federazione Anziani e Pensionati Acli Trento si impegna infine a promuovere la "buona pratica" avviata con questo percorso anche in futuro, tramite iniziative mirate all'invecchiamento attivo, cercando in particolare di stimolare la popolazione anziana all'uso di moderne tecnologie utili per la loro salute.

Azioni del progetto e tempi di attuazione

La fase operativa del progetto si svolgerà da settembre a novembre 2017, attraverso un percorso di prevenzione ed educazione sanitaria, al termine del quale i partecipanti avranno migliorato le loro conoscenze sui corretti stili di vita. All'interno del percorso verranno organizzate una serie di uscite naturalistiche e culturali sul territorio, in cui i partecipanti avranno la possibilità di ricevere consigli e informazioni sulle buone pratiche per un corretto stile di vita.

Queste le tappe del progetto:

- all'inizio del progetto verranno proposti ai partecipanti degli incontri con esperti, che illustreranno le buone pratiche per quanto riguarda la corretta alimentazione e l'attività fisica consigliata agli over 60;
- durante i 3 mesi sono previste alcune camminate naturalistiche e culturali allo scopo di promuovere l'attività fisica e stimolare la conoscenza e l'interesse per il territorio;
- verrà proposto ai partecipanti di utilizzare una app contapassi, che permetterà di tenere traccia dell'attività svolta sia in occasione delle uscite di gruppo, sia durante la propria quotidianità; i dati saranno visualizzabili dal responsabile del progetto su una piattaforma online;
- i partecipanti potranno inoltre utilizzare una app per tenere traccia della propria alimentazione, e che fornirà consigli e messaggi motivazionali riguardanti la dieta e l'esercizio fisico;
- ogni uscita di gruppo si concluderà con un evento conviviale (un pranzo o una cena) pensato appositamente per promuovere un'alimentazione salutare e bilanciata, e in occasione del quale verranno proposti dei quiz cartacei per testare la conoscenza acquisita (grazie agli incontri con gli esperti ed ai suggerimenti della app) riguardo ai corretti stili di vita;
- al termine verrà organizzato un evento conclusivo in cui si nominerà il vincitore, in base al numero di passi effettuati e in base ai risultati dei quiz.

(at)