

<https://ilpiccolo.gelocal.it/>

## Quattro app per allenare la mente contro il declino cognitivo

Entrerà nel vivo il prossimo ottobre il progetto e-MemoryCare che mira a contrastare i deficit cognitivi allenando la mente e stimolando anche la sfera affettiva



MANCA poco: ad ottobre pazienti, ma anche familiari, medici, personale della RSA e psicologi daranno ufficialmente il via al progetto “e-MemoryCare”, un’iniziativa per allenare la mente contro lo spettro del declino cognitivo. Il progetto, completamente digitale, è infatti pensato per stimolare con interventi non farmacologici, ma grazie a esercizi da svolgere su una piattaforma informatica, la memoria, tanto quella conoscitiva quanto quella personale, migliorando al tempo stesso l'umore dei pazienti e influenzando la sfera affettiva e comportamentale. E-MemoryCare, patrocinato da Senior Italia FederAnziani, è stato ideato da una giovane prossima alla laurea in psicologia, Marianna Messina.

### **E-MemoryCare, un aiuto ai pazienti e alla ricerca**

Il progetto e-MemoryCare offre un percorso personalizzato che tiene conto delle esigenze del singolo paziente. Prevede, infatti, la somministrazione di immagini e concetti personalizzati e l'obiettivo finale è favorire l'utilizzo e il mantenimento dell'indice di riserva cognitiva (Cri). “Grazie alle nuove tecnologie è possibile aiutare la persona a fissare, memorizzare e riconoscere simboli, volti, paesaggi, immagini, e a trattenere concetti, nozioni e informazioni del suo sé, della sua vita presente”, spiega Messina. Tutto grazie a una piattaforma digitale di facile accesso e a quattro app. Ideato come strumento per allenare la mente e contrastare così il declino cognitivo, e-MemoryCare è anche uno strumento di ricerca e aiuterà a raccogliere una grande quantità di dati su quello che è e sarà sempre più un problema dall'enorme impatto sociosanitario.

## **Problemi cognitivi in aumento**

“Il deficit cognitivo è uno dei grandi problemi sociosanitari legati alla terza età”, conferma Francesco Fazio, presidente del comitato scientifico di Senior Italia Federanziani. “È una condizione che provoca la progressiva compromissione delle funzioni conoscitive in modo tale da pregiudicare il mantenimento di una vita autonoma e soprattutto di arrivare a fine vita in casa propria”. I dati e le previsioni delle autorità sanitarie internazionali sono preoccupanti: si calcola che in tutto il pianeta il numero dei pazienti raddoppierà nel 2030 e triplicherà nel 2050 con 7,7 milioni di nuovi casi all’anno. L’impatto economico sui vari sistemi sanitari sarà di circa 604 miliardi di dollari l’anno. “L’Italia è uno dei Paesi più ‘anziani’ del mondo - aggiunge Fazio - Quindi è necessario avviare nel nostro Paese progetti innovativi in grado di ritardare il più possibile il deficit cognitivo”.

E-MemoryCare mira proprio a questo. Ma oltre a ritardare il deficit cognitivo potrebbe avere ripercussioni anche sulla sfera relazionale del paziente. “È un progetto che porta un contributo effettivo a persone con un decadimento cognitivo importante. Si tratta di un percorso di aiuto concreto attraverso le condizioni di ricostruzione autobiografica o della capacità di stimolare reminiscenze”, conclude Claudio Mencacci, Presidente della Società Italiana di Neuropsicofarmacologia e Copresidente Società Italiana di Psichiatria Geriatrica. “Può aiutare non solo a ‘perfezionare’ alcune competenze cognitive, ma anche a migliorare le condizioni di umore e comunicazione con gli altri”.