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. 2107 del 01/08/2025

TreC Mamma, l'App innovativa offerta gratuitamente dal Servizio sanitario provinciale si è aggiornata con significative nuove funzionalità

Novità per TreC Mamma: attività motoria, nutrizione e canale News per le future e neomamme trentine

In soli 24 mesi, TreC Mamma ha trasformato l'esperienza della maternità per oltre 4800 donne, offrendo un accompagnamento completo e personalizzato durante i nove mesi di gestazione.
Da questa settimana, l'applicazione TreC Mamma, punto di riferimento digitale per le donne in gravidanza e le neomamme della Provincia autonoma di Trento, è stata aggiornata con innovazioni che mirano a potenziare il supporto informativo e l'assistenza personalizzata attraverso strumenti interattivi e contenuti validati scientificamente.

Le principali novità includono:

- Corso di attività motoria erogato tramite *chatbot*: è stato introdotto un percorso video guidato di esercizi fisici, strutturato in base al trimestre di gravidanza. Il materiale, sviluppato con la collaborazione di ostetriche, ginecologhe, chinesiologhe e fisiatri, è stato validato dall'Unità Operativa di Riabilitazione dell'APSS. Si specifica che, per le donne seguite negli ambulatori di medicina materno-fetale per alto rischio o con fattori di rischio specifici è raccomandata la consultazione con il professionista di riferimento prima di intraprendere l'attività.
- Corso di *microlearning* sull'alimentazione: l'App integrerà un corso di formazione breve, somministrato tramite *chatbot* e focalizzato sull'alimentazione in gravidanza. Questo modulo didattico prevede video esplicativi di pochi minuti seguiti da brevi quiz di verifica. Il contenuto è stato curato da ostetriche, ginecologhe e nutrizionisti, e validato dal Servizio di Dietetica e Nutrizione Clinica dell'APSS.
- Canale News: è stato implementato un nuovo canale di comunicazione, accessibile direttamente sulla schermata principale dell'App. Questo strumento consentirà di informare tempestivamente le utenti sulle novità di TreC Mamma e potrà essere utilizzato anche dai professionisti sanitari per comunicare corsi di preparazione alla nascita, incontri dedicati o altri eventi di interesse per le donne e le loro famiglie.

Le donne che già utilizzano la App dovranno semplicemente aggiornarla, mentre chi ancora non l'ha installata troverà già le novità disponibili al primo accesso dopo l'installazione.

L'ultima novità riguarda il questionario di gradimento anonimo che le mamme troveranno disponibile sulla *home page* di TreC Mamma. La compilazione del questionario, stimata in circa 10 minuti, è di fondamentale importanza per raccogliere il *feedback* delle utenti sull'App e sulle sue funzionalità, e permetterà così di orientare i futuri sviluppi. Il questionario rimarrà attivo fino al 30 settembre 2025.

Questi aggiornamenti rappresentano un ulteriore passo avanti nell'offerta di servizi digitali dedicati alla salute materno-infantile in Trentino, rafforzando l'impegno di APSS, con la collaborazione di TS4.0, nel fornire strumenti sempre più efficaci e accessibili.

La App TreC Mamma

Disponibile dall'8 agosto 2023, TreC Mamma si è distinta per la sua capacità di rispondere alle esigenze delle future mamme con un approccio multidisciplinare. I dati di accesso giornalieri calcolati in media testimoniano infatti l'apprezzamento da parte delle utenti: ogni giorno oltre 550 donne consultano l'applicazione per verificare l'agenda degli appuntamenti di controllo e le informazioni sulla crescita del bambino, e i cambiamenti che riguardano il suo sviluppo.

Dati di utilizzo nel dettaglio:

- ad oggi sono state 4.804 le donne trentine che hanno scaricato la App, con un'età media di 32 anni. Il 12,5% è rappresentato da donne con cittadinanza straniera.
- Il 56% delle donne è alla prima gravidanza, il 31,5% alla seconda e le restanti (12,5%) alla terza gravidanza o oltre.
- L'App è scaricata prevalentemente in italiano (99.5%), ma è disponibile anche in inglese e francese.
- L'età gestazionale media in cui le donne scaricano l'App è di 13 settimane di gravidanza.
- I contenuti informativi interni all'App sono stati visualizzati 14.000 volte negli ultimi 6 mesi, 28.783 nell'ultimo anno e più di 43.000 volte da quando è stata messa a disposizione due anni fa.

Tra gli approfondimenti più visualizzati troviamo quelli relativi ai controlli in gravidanza, ai sintomi che richiedono un controllo urgente ed i sintomi più comuni della gravidanza nonché le informazioni relative al primo trimestre di gravidanza.

La App, oltre alle novità appena introdotte, fornisce una vasta gamma di servizi e funzionalità, tra cui:

- Visualizzazione appuntamenti CUP: le informazioni personali delle donne, inserite al momento dell'autenticazione, sono collegate al sistema informativo dell'Apss e consentono di visualizzare tutti gli appuntamenti di follow-up programmati attraverso il Cup (sistema unico di prenotazione) dell'Azienda sanitaria.
- Monitoraggio della gravidanza: un calendario che segue settimana per settimana lo sviluppo del bambino e i cambiamenti che avvengono nella mamma, fornendo consigli specifici per ogni fase.
- Contenuti certificati: accesso a informazioni studiate dagli esperti dell'Azienda provinciale per i servizi sanitari che spaziano dalla salute fisica a quella psicologica, e che rispondono alle domande che ogni donna si pone durante questo particolare periodo della vita e offrono suggerimenti pratici.
- Un diario della gravidanza: grazie al quale la mamma può inserire autonomamente informazioni, documenti ed immagini che ritiene utile memorizzare
- Risorse educative erogate tramite l'assistente virtuale (*chatbot* GEA): articoli, video e schede illustrate su temi cruciali come la salute in gravidanza, il benessere mentale e la preparazione al parto.
- Link alla *Community* di supporto: uno spazio virtuale dove le mamme possono trovare gli indirizzi utili per condividere esperienze e trovare sostegno reciproco.

La App viene promossa dalle ostetriche in tutti i primi colloqui del percorso nascita. Una particolare attenzione è stata posta anche all'inclusività: l'App TreC Mamma è disponibile in tre lingue (italiano, inglese e francese), al fine di garantire l'accessibilità anche alle mamme straniere iscritte al Servizio sanitario provinciale, e continuerà a crescere e a sviluppare nuove soluzioni per accompagnare le donne e le famiglie nel meraviglioso viaggio della maternità e della genitorialità, con l'obiettivo di offrire un supporto completo e personalizzato.

Lo sviluppo della App TreC Mamma si inserisce nel progetto "Sanità digitale e intelligenza artificiale – Strumenti per avvicinare il Servizio sanitario ai cittadini e per lo sviluppo del sistema provinciale", approvato con delibera della Giunta Provinciale del 22 dicembre 2022 , al cui interno si prevede un modulo sulla Prevenzione dedicato ai "Primi mille giorni di vita". L'obiettivo è di realizzare e validare un

ecosistema di interventi di sanità digitale per accompagnare e supportare la donna, il bambino e la famiglia nell’adozione di comportamenti a favore del benessere della famiglia nell’ambito dei sani stili di vita e del benessere psicologico. *(ml)*.

(ml)