

GESTIRE L'ANSIA CON LA REALTÀ VIRTUALE. AL VIA UN'INDAGINE ALLA A.P.S.P. DI POVO (TN) CON I PAZIENTI ANZIANI

L'obiettivo è verificare se le nuove terapie basate sulla tecnologia (realtà virtuale con utilizzo di visore ottico) sono in grado di fornire una risposta più precisa e personalizzata al problema della gestione dell'ansia nelle persone anziane che presentano compromissione del funzionamento cognitivo.

Lo studio di fattibilità, tra i primi di questo tipo in Italia, prevede di coinvolgere nei prossimi mesi gli ospiti della struttura per testare la tecnologia e si colloca all'interno della collaborazione stipulata tra la Fondazione Bruno Kessler/TrentinoSalute4.0 e l'Azienda pubblica di servizi alla persona "Margherita Grazioli" di Povo (TN).

A partire dalla prossima settimana, un gruppo di utenti, selezionati sulla base di requisiti precisi e in accordo con il personale sanitario della APSP Grazioli, potranno vivere un'esperienza piacevole e rilassante, ed esplorare in prima persona uno **spazio virtuale in 3 dimensioni** creato e **adattato alle preferenze personali**. Grazie all'alto grado di coinvolgimento di un **visore** ("Oculus") indossato davanti agli occhi, l'utente potrà sperimentare l'immersione in un **ambiente multisensoriale a 360°** (ricostruito con il computer) in un **contesto rilassante** (il mare, la montagna, la campagna, ecc..). La **realtà virtuale** in cui si tufferanno gli anziani si avvale infatti di **video, musiche ed effetti sonori scelti dall'utente** (come il cinguettio degli uccelli, il vento, le onde del mare, e altri suoni ambientali), e offre la possibilità di visitare luoghi della memoria non più accessibili fisicamente, accrescendo il desiderio di dialogo nella condivisione della propria esperienza.

Se i risultati della sperimentazione saranno positivi, lo studio, che si svolgerà nei prossimi due mesi, porterà **vantaggi** sia per gli utenti, che per la struttura ospitante.

Per gli anziani i possibili **benefici** riguardano il fatto che la soluzione - negli intenti - permette di **ridurre l'ansia di stato senza l'utilizzo di farmaci** e, grazie al coinvolgimento in un'attività immersiva che fa riemergere momenti piacevoli e rilassanti, **incrementa il benessere generale**. Per la APSP Grazioli la **terapia digitale** offre l'opportunità di fornire servizi sempre migliori e moderni ai propri utenti e permette agli **operatori sanitari** di collaborare alla ricerca di metodi innovativi di cura per il miglioramento della qualità della vita dei cittadini.

L'indagine sugli **effetti dell'utilizzo della realtà virtuale sugli anziani è stata approvata dal Comitato etico di APSS ed è oggetto della tesi di dottorato di Susanna Pardini**, dottoranda, psicologa e psicoterapeuta cognitivo-comportamentale presso il Dipartimento di Psicologia Generale-Università di Padova e Fondazione Bruno Kessler. "Diversi studi nazionali e internazionali in questo settore" - spiega la ricercatrice - "hanno evidenziato come le esperienze con la Realtà Virtuale (VR) e la Realtà Aumentata (AR) costituiscano un importante strumento per la gestione di diversi sintomi comportamentali e cognitivi legati al deterioramento cognitivo, e ne hanno dimostrato **l'efficacia nell'incremento del benessere**, migliorando la qualità di vita dei pazienti". "Alcune di queste tecnologie" - aggiunge **Pardini** - "hanno già dimostrato la loro efficacia in letteratura e sono stati rilevati sostanziali riduzioni anche dello stato di solitudine, depressione e problemi motori".



L'attività di ricerca di Susanna Pardini si inserisce nelle **azioni previste da TrentinoSalute4.0**, centro di competenza per lo sviluppo della sanità digitale, costituito dalla PAT con l'APSS e la FBK (attraverso il suo centro dedicato alla **Digital health and wellbeing**), che puntano allo sviluppo di una **Sanità 4.0** coinvolgendo i professionisti del settore, le persone e il territorio in un "laboratorio congiunto" dove sperimentare le opportunità offerte dalla ricerca e dalle nuove tecnologie digitali.

- [VIDEO] **Come abbiamo** sviluppato il progetto realtà virtuale (3':27") (su YouTube [qui](#))

Scheda di approfondimento

Contesto

L'utilizzo di scenari virtuali immersivi è stato recentemente studiato (Tak et al., 2015) per implementare interventi atti a migliorare la qualità di vita delle persone in strutture per anziani mettendo in luce un impatto positivo su ansia, depressione e apatia oltre a consentire il superamento di alcune delle barriere che, talvolta, possono ostacolare la partecipazione alle attività ricreative o accedere a contesti piacevoli e rilassanti. L'esposizione ad ambienti virtuali immersivi ha dimostrato essere una strada promettente focalizzata a ridurre l'isolamento e incrementare il coinvolgimento in attività che promuovono il benessere (McMaster University, 2019).

I dispositivi di realtà virtuale comprendono tecnologie che espongono l'utente a una stimolazione multisensoriale e sono in grado di promuovere diversi livelli di "immersione" all'interno del contesto.

Studi recenti hanno indagato la fattibilità di utilizzo di **ambienti virtuali rilassanti** nel promuovere emozioni positive, il coinvolgimento e uno stato di benessere generale, oltre a gestire emozioni negative come noia, apatia, ansia, e il senso di isolamento (e.g., Tribemix, 2016; Appel et al., 2020). Da un punto di vista qualitativo sono stati ricevuti riscontri positivi associati all'esperienza oltre alla percezione di un maggior stato di rilassamento. Inoltre, è stato evidenziato un incremento dell'intensità e della frequenza di emozioni positive esperite e una riduzione dei livelli di alcune emozioni negative. La conclusione degli autori è che l'esposizione di persone con compromissione cognitiva e fisica a scenari immersivi realistici e naturali in realtà virtuale tramite visore è sicura e attuabile, suggerendo anche la realizzazione di studi futuri che includano tra gli obiettivi l'indagine del ruolo della personalizzazione dei contenuti presentati nel contesto virtuale.

Obiettivo del progetto

Coinvolgere un campione di persone anziane della **A.P.S.P. Margherita Grazioli di Povo**, che presentano compromissione del funzionamento cognitivo e **indagare, a un livello di proof-of-concept e fattibilità**, se l'intervento può essere realizzato **valutando l'impatto legato all'utilizzo del visore, il coinvolgimento, il piacere legato all'esperienza d'uso** così da comprendere se la procedura sperimentale possa meritare successive indagini più rigorose, in termini di valutazione dell'efficacia clinica e statistica, con l'implementazione di studi randomizzati e controllati. Inoltre, **l'intento è di indagare preliminarmente se l'esposizione ad ambienti virtuali rilassanti personalizzabili possa avere un impatto positivo sull'ansia di stato** (Czajkowski et al., 2015).



Luogo

Lo studio si svolgerà presso l'APSP "Margherita Grazioli" di Povo (Trento).

Periodo studio: gennaio-febbraio 2023

La collaborazione

La collaborazione tra l'Azienda Pubblica di Servizi alla Persona "Margherita Grazioli" di Povo e la FBK è stata sottoscritta lo scorso luglio 2022, ha durata di tre anni, e ha come obiettivo l'attivazione della collaborazione nel **settore della ricerca e sviluppo** finalizzata all'individuazione, elaborazione ed attivazione di specifici progetti nei seguenti ambiti:

- avvio di **studi pilota** per la progettazione e sperimentazione di soluzioni basate sulla **Realtà Virtuale** nell'ambito della prevenzione e promozione del benessere mentale (es. ansia, depressione) degli utenti afferenti all'APSP Margherita Grazioli
- progettazione, realizzazione e validazione di soluzioni digitali per la fornitura di servizi online agli utenti dell'APSP Margherita Grazioli.

Coordinatori

Per FBK: Stefano Forti (direttore Centro Digital Health and Wellbeing)

Per APSP "Margherita Grazioli": Patty Rigatti (direttrice)

Referenti

Susanna Pardini (dottoranda presso Dipartimento di Psicologia Generale-Università di Padova e Fondazione Bruno Kessler, psicologa, psicoterapeuta cognitivo-comportamentale), **Marco Dianti** (tecnologo del Digital Health Lab/FBK che ha sviluppato i modelli 3D con vista 3D), **Patty Rigatti** (direttrice generale A.P.S.P. Margherita Grazioli, Povo, TN), **Lucia Leonardelli** (coordinatrice Area sociale e Nucleo Demenze A.P.S.P. Margherita Grazioli, Povo, TN)

Comitato Etico: protocollo clinico approvato dal Comitato Etico dell'Azienda provinciale per i Servizi Sanitari (APSS)

Partecipanti: *Convenience sample* composto da **minimo 15 e massimo 60 partecipanti** con differenti livelli di compromissione del funzionamento cognitivo (lieve, moderato, avanzato) (Folstein et al., 1975), reclutati all'interno dell'Azienda Pubblica di Servizi alla Persona "Margherita Grazioli", Povo (Trento).

Realtà virtuale: attraverso il visore Oculus Quest 2, i partecipanti saranno esposti a una serie di stimoli uditivi e visivi tipici di contesti naturali realistici personalizzati (modelli in 3D con vista 3D). Una volta scelto il contesto, il partecipante proverà l'esperienza all'interno dell'ambiente virtuale per circa 8 minuti.

Risultati attesi: evidenza di una riduzione significativa in base alle analisi quantitative dei dati in considerazione dei punteggi di *cut-off* dell'ansia associata all'utilizzo di ambienti personalizzati in realtà virtuale che riproducono contesti naturali oltre alla rilevazione di uno stato di piacevolezza, coinvolgimento e agilità nell'utilizzo del visore e per l'essere stati esposti agli ambienti virtuali oggetto di studio.



Aspetti etici: tutti i dati, i parametri e le modalità di gestione degli stessi considerati nello studio e nei processi previsti sono stati identificati da un comitato tecnico-scientifico, composto da operatori sanitari/referenti dei centri coinvolti nello studio.

Per info e contatti

Marzia Lucianer

Press Office and Digital Communication [TrentinoSalute4.0](#)

Centro di Competenza sulla Sanità Digitale

Fondazione Bruno Kessler

via Sommarive 18 - 38123 Trento (I)

tel. +39 331 622 86 64

email: lucianer@fbk.eu

| [Twitter](#) | [YouTube](#) | [Facebook](#) | [Instagram](#) | [Spreaker](#) | [TS4.0 Magazine](#)