

## LA TECNOLOGIA A SUPPORTO DEI CAREGIVER, "MA IL DIGITAL DIVIDE E' ANCORA MOLTO ALTO"

**BOLOGNA** - In Italia ci sono oltre 7 milioni di caregiver, poco più di 2 milioni sono nella fascia 45-54 anni, 391 mila hanno tra 15 e 24 anni e il 20% ha più di 65 anni. Ma solo 3 caregiver su 10 nella fascia di età 65-74 anni hanno usato Internet almeno una volta negli ultimi 12 mesi (dati Istat). "Il digital divide è ancora molto alto e sono molti i caregiver che non conoscono gli strumenti dell'information technology o non sanno come usarli, eppure potrebbero davvero migliorare la loro vita", ha detto Licia Boccaletti della cooperativa Anziani e non solo nel suo intervento su e-learning e applicazioni per la formazione, l'inclusione e l'empowerment dei caregiver familiari all'interno del convegno "Verso una nuova domiciliarità: ambienti di vita assistiti e tecnologie a sostegno della qualità della vita e assistenza alla persona anziana" che si è tenuto alla ventunesima edizione di **Exposanità** (Bologna, 18-21 aprile). "L'Ict può favorire l'integrazione sociale, essere di supporto emotivo, permettere lo scambio tra pari, alleviare la solitudine, creare opportunità di formazione e informazione - ha proseguito - con il vantaggio di garantire l'anonimato e superare la difficoltà di partecipare ad attività extradomestiche: per alcuni l'utilizzo di questi strumenti, è il primo passo per la ricerca di aiuto sul territorio".

Tecnologia per la formazione, psicoeducazione e auto mutuo aiuto. "La formazione si può anche fare a distanza, attraverso l'e-learning - ha spiegato Boccaletti -. Non ci sono molti corsi, ma i risultati sono simili a quelli della formazione in presenza e permettono di superare i problemi di conciliazione dei caregiver". La cooperativa "Anziani e non solo" ha realizzato un corso che si trova alla pagina <http://corso.caregiverfamiliare.it/>. La psicoeducazione è un tipo di intervento di gruppo che nasce in psichiatria e combina attività educative e azioni di supporto a metà tra mutuo aiuto e percorso formativo. "Gli interventi sono efficaci sia in presenza che on line - ha affermato Boccaletti -. Un esempio è [www.care2work.org](http://www.care2work.org), un esperimento rivolto a caregiver adolescenti promosso da noi insieme a due partner di Svezia e Grecia". I gruppi di auto mutuo aiuto esistono anche online, "basta pensare ai forum, ai gruppi sui social network o a quelli in videoconferenza". Ne sono esempi: il gruppo Facebook segreto a cui partecipano i figli di persone con malattie psichiatriche (che ha 350 utenti) e il gruppo Ama per caregiver di malati di demenza. Infine, ci sono i forum, "negli Stati Uniti 36 milioni di utenti accedono a gruppi di supporto online, nel Regno Unito un quinto dei caregiver che usa Internet ha partecipato a un gruppo di supporto online - ha precisato Boccaletti - I vantaggi sono dati dalla disponibilità 24 ore su 24, dall'assenza di barriere geografiche e dall'anonimato".

Esistono anche applicazioni mobili di supporto ai caregiver, come app4carers (realizzata con Inrca), un progetto europeo che analizza le app disponibili e che ha portato alla realizzazione di una app delle app. "In pratica è una app che racchiude applicazioni su temi come salute, tecnologia, contatti utili e benessere del caregiver", ha spiegato Boccaletti. Le app sono state selezionate in base al costo (devono essere gratuite o costare al massimo 3 euro), non devono avere pubblicità, devono essere attendibili e facili da usare, nel caso di siti web devono essere ottimizzati per smartphone. Attualmente, ci sono 71 risorse su 9 patologie in lingua italiana.

"La tecnologia può davvero aiutare i caregiver ma esistono delle criticità - ha affermato Boccaletti -: i risultati positivi dei test sui dispositivi spesso non sono legati alla tecnologia in sé ma all'attenzione che il caregiver riceve, caregiver e familiare devono essere affiancati nella scelta, le tecnologie non devono essere un ulteriore peso per persone che già vivono situazioni molto stressanti. Perché le tecnologie siano davvero di aiuto, i caregiver devono essere coinvolti nella fase di progettazione". (lp)