

Prevenzione È arrivata l'ora degli smartwatch

di **Ruggiero Corcella**

Dispositivi indossabili (wearable) e App e stanno ormai entrando nella quotidianità dei cittadini: lo rivela il sondaggio condotto dall'Osservatorio Innovazione Digitale in Sanità del Politecnico di Milano in collaborazione con Doxapharma su un campione di mille cittadini statisticamente rappresentativo della popolazione italiana.

Secondo il report, il 41% degli intervistati utilizza un'applicazione di coaching o un dispositivo indossabile per il monitoraggio dello stile di vita. Tra i giovani sotto i 35 anni sono ancora più diffuse (55%), mentre l'uso diminuisce oltre i 55 anni (29%).

Lo strumento più presente è lo smartwatch, utilizzato da un cittadino su tre, con un vero e proprio boom rispetto all'8% registrato nel 2018.

Tuttavia, ben il 75% di chi usa le App non invia né comunica al proprio medico i dati raccolti, che rimangono quindi spesso inutilizzati.

«Nel caso in cui non ci si possa rivolgersi a un medico per ricevere consigli su prevenzione e stili di vita in base a dati raccolti, potrebbe giocare un ruolo fondamentale un coach virtuale in grado di fornire, in modo proattivo e sulla base delle evidenze scientifiche disponibili, consigli su come migliorare i propri comportamenti sulla base dei parametri monitorati, come l'alimentazione e gli allenamenti. A oggi

Dispositivi indossabili e applicazioni stanno diventando sempre più diffusi. In Italia sono utilizzati soprattutto per il monitoraggio degli stili di vita

questa opportunità desta, tuttavia, un moderato livello di interesse da parte dei cittadini», sottolinea Emanuele Lettieri, responsabile scientifico dell'Osservatorio.

A detta degli esperti è proprio sul terreno della prevenzione che si gioca la partita più importante delle nuove tecnologie applicate alla sanità. Anche in Italia. «Da noi la prevenzione è sempre stata ricchissima di programmi, meno ricca di progetti, molto povera di progetti attuali — dice il professor Gianfranco Gensini, presidente di Digital Sit (Società italiana di telemedicina) —. Soprattutto nei campi dove più forte è l'indirizzo clinico, come l'ipertensione o lo scompenso, è stato fatto un lavoro essenzialmente non di prevenzione ma di gestione e di garanzia

dell'aderenza ai protocolli, perché digitale si presta molto bene anche questo. È chiaro che lo spazio che adesso si sta creando e che ci si augurerà troverà modo di essere sostenuto quello della gestione digitale dei percorsi di prevenzione con tutto quello che questo implica». Diventa interessante allora capire in concreto quali risultati si possano ottenere.

Alcuni esempi? I progetti presentati nell'ambito del «Premio eHealth4All» voluto proprio per promuovere iniziative in grado di rendere più accessibili comportamenti e stili di vita salutari. Degli otto finalisti per l'edizione 2017-2019 (la premiazione avverrà il 6 giugno a Milano in Assolombarda; per info e iscrizioni <https://ehealth4all.it>) quattro si rivolgono a soggetti fragili come i parkinsoniani di «PD Watch» (Basilicata), i neurolesi utenti della carrozzina intelligente «Avanchair» (di Saronno), i trapiantati di midollo monitorati da «Timo» (Brescia) e i pazienti scompensati in riabilitazione cardiologica domiciliare («Ri.car.do» Trentino). Ci sono poi i pazienti cronici chiamati a gestire più terapie («LifeCharger», Lombardia) o ai quali la Regione offre di evitare il passaggio in studio per la ripetizione della ricetta medica, che arriva direttamente in farmacia ed è segnalata da un'app nel telefonino («Sanità Km Zero», Veneto).

E ancora app di prevenzione primaria che aiutano le famiglie a capire la posizione vaccinale (Giava, Puglia), o aiutano con sensori a monitorare il proprio stato di salute (Human Life Cycle Management, Puglia), o monitorano l'inquinamento indoor (Nuvap, Lombardia) o ancora rilevano la situazione cardiorespiratoria di una persona, sana o malata, con uno specchio «futuribile» e così riconoscono gli aggravamenti delle malattie cardiovascolari (Miracle, Puglia). Insomma la prevenzione 4.0 è già iniziata.

La ricerca

Che cosa si usa

Il 41% degli intervistati utilizza app di coaching o dispositivi indossabili

Chi li adopera

App e wearable sono più comuni tra i giovani sotto i 35 anni (55%)

Orologi intelligenti

Una persona su tre adopera soprattutto uno smartwatch

© RIPRODUZIONE RISERVATA