

Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

GA: 2020-1-PL01-KA204-081598

# MODULO 2: COME SUPPORTARE LE PERSONE CON DEMENZA E I LORO **CAREGIVER NELL'UTILIZZO DEGLI** STRUMENTI DIGITALI

# **UNITA' 1: COME POSSONO**

AIUTARMI LE ICT NEL SUPPORTO DI  
PERSONE CON DEMENZA?

# ICT- Information and communication technology

Con il termine ICT **s'intendono** le tecnologie di informazione e comunicazione. Esse includono:

- computer, smartphone e tablet;
- Internet (il world wide web e le email);
- Fotografia digitale, audio, video e videogiochi;
- Radio e televisione.



# “Tutti possono beneficiare delle ICT a qualche livello. Dipende tutto da come vengono utilizzate”

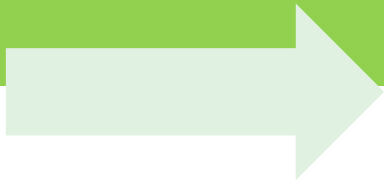
*Dunn, S., Hicks, B., & Miller, L. (2012). Using ICT in activities for people with dementia. A short guide for social care provider. SCIE-Social care institute for excellence. London.*

- Le nuove tecnologie **d'informazione** e comunicazione (ICT) offrono un'opportunità unica per migliorare la cura **dell'anziano** e per implementare interventi dedicati a persone con disturbi cognitivi.
- I dispositivi elettronici come tablet, smartphone e computer consentono di accedere ad un'ampia gamma di stimoli come ad esempio: musica, giochi, foto, immagini, video, programmi web di comunicazione e siti web, che possono essere utilizzati **all'interno** di programmi di intervento non-farmacologici rivolti a persone con demenza.
- **L'uso** degli strumenti ICT non aiuta solo a facilitare la vita quotidiana e a preservare **l'auto**-efficienza delle persone con demenza, ma è anche in grado di ridurre significativamente i costi **dell'assistenza**.

Gli strumenti ICT possono essere classificati in due gruppi:



STRUMENTI ATTIVI



STRUMENTI PASSIVI

# STRUMENTI ATTIVI

- PC  
- SMARTPHONE  
- TABLET

## UTILIZZO:



- Comunicazione online e mantenimento dei contatti con i membri della famiglia



- Metodi di telemedicina



- Psicoeducazione
- Visione di tutorial interattivi
- Training di stimolazione cognitiva

# STRUMENTI PASSIVI

- SMART WATCH
- SMART BRACELET
- SENSORI



## UTILIZZO:



Tele-monitoraggio



Monitoraggio dei parametri fisiologici



Localizzazione (es. per persone con demenza con wandering)

- APPARECCHIATURE DI SICUREZZA



## UTILIZZO:



Rilevatore di fumo e incendio



Rilevatore di movimento



Webcams per la sicurezza

- STRUMENTI DI COMPENSAZIONE PER LA PERDITA DI FUNZIONI



## UTILIZZO:



Robot domestico



Programmi a supporto dell'orientamento, della pianificazione e della guida

# ESEMPI DI TECNOLOGIE ASSISTIVE

- **PEAT- Planning and Execution Assistant and Trainer** (Levinson, 1997) aspetti organizzativi del comportamento.
- **COACH System** (Mihailidis, Boger, Craig e Hoey, 2008) sviluppato per ridurre il *burden* del caregiver, aiutando la persona con demenza ad eseguire in autonomia le attività quotidiane. Il sistema riceve informazioni tramite una videocamera, le elabora tramite un complesso processo, che consente di determinare le intenzioni dell'utente su base probabilistica e fornisce feedback visivi e uditivi.

- **CogWatch**  
(Cogollor et al., 2014)



# UNITA' 2: BENEFICI E SFIDE LEGATI ALL'USO DELLE ICT NEL SOSTEGNO A PERSONE CON DEMENZA

# BENEFICI

1

SCELTA E  
PERSONALIZZAZIONE

Le ICT consentono alle persone con demenza e ai loro caregiver di scegliere tra una vasta gamma di stimoli e di personalizzare gli interventi.

2

SERVIZI PIU'  
ACCATTIVANTI

L'**offerta** di attività basate **sull'uso** delle ICT possono aumentare il coinvolgimento delle persone nei servizi.

3

INTERAZIONE  
SOCIALE

Le ICT possono ridurre l'**isolamento** sociale degli anziani e promuovere l'**interazione** e lo scambio intergenerazionale.

4

PARTECIPAZIONE  
NEL MONDO

Le ICT consentono alle persone con demenza di essere attivi cittadini, in quanto hanno diritto di accedere alle informazioni digitali come chiunque altro. 10

# BENEFICI

5

MANTENERSI ATTIVI  
COGNITIVAMENTE E  
FISICAMENTE

Le ICT posso fornire una vasta gamma di stimoli cognitivamente stimolanti e video game interattivi, che combinano **l'esercizio** fisico con quello mentale.

6

INCREMENTO  
DELLE  
**ABILITA' DEI**  
CAREGIVER

I caregiver possono migliorare le proprie abilità informatiche.

7

ACCESSO A  
RISORSE  
GRATUITE

**C'è** un mondo di materiali gratuiti ai quali le persone con demenza e i loro caregiver possono accedere tramite le ICT.

8

**L'ABILITA' DI**  
CONSERVARE,  
COPIARE E  
CONDIVIDERE RISORSE  
E MATERIALI

Grazie alle ICT è possibile realizzare, immagazzinare, copiare e condividere documenti, foto e video.

# SFIDE

1

PERCEZIONE DI AUTO-EFFICACIA DEI CAREGIVER

I caregiver non hanno bisogno di molte conoscenze per utilizzare le ICT con le persone con demenza, ma alcuni sentono di non avere sufficienti abilità per farlo.

2

TROVARE LO SPAZIO

Una possibile sfida potrebbe essere quella di trovare una stanza idonea nella quale svolgere **l'attività**.

3

ESSERE PAZIENTI E NON FORZARE LA PERSONA

Non tutte le persone con demenza e non tutti i caregiver vogliono utilizzare le ICT. Inoltre **l'interesse** delle persone **nell'uso** delle ICT può variare da giornata a giornata. Sii paziente. .

4

LE SFIDE PROPRIE DELLA DEMENZA

Le difficoltà cognitive, motorie, percettive e sensoriali possono impattare **l'uso** delle ICT.

# UNITA' 3: DISPOSITIVI

# TIPI DI DISPOSITIVI

La scelta della tipologia di dispositivo da utilizzare dipende dall'attività che s'intende svolgere:



Tipo di dispositivo	Attività	Benefici	Sfide
DESKTOP COMPUTER CON MOUSE E TASTIERA	<ul style="list-style-type: none"><li>• Creazione e modifica di documenti di testo;</li><li>• Fare presentazioni;</li><li>• Visualizzare e modificare foto;</li><li>• Stampare;</li><li>• Guardare la TV o film;</li><li>• Inviare email;</li><li>• Fare chiamate e videochiamate usando le applicazioni web;</li><li>• Giocare ai videogame.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Può essere usato per svolgere lavori di gruppo usando uno schermo ampio;</li><li>• Lo schermo largo del computer è consigliabile per persone con deficit visuo-percettivi.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Difficile da spostare da una stanza <b>all'altra</b>;</li><li>• Meno intuitivo rispetto <b>all'uso</b> della tecnologia touchscreen;</li><li>• <b>L'uso</b> della tastiera e del mouse richiede una buona manualità.</li></ul>

# TIPI DI DISPOSITIVI



Tipo di dispositivo	Attività	Benefici	Sfide
COMPUTER PORTATILI	<ul style="list-style-type: none"><li>• Creazione e modifica di documenti di testo;</li><li>• Fare presentazioni;</li><li>• Visualizzare e modificare foto;</li><li>• Stampare;</li><li>• Guardare la TV o film;</li><li>• Inviare email;</li><li>• Fare chiamate e videochiamate usando le applicazioni web;</li><li>• Giocare ai videogame.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Portatili</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Schermo più piccolo rispetto ai computer fissi;</li><li>• La luminosità dello schermo può rendere difficile la lettura;</li><li>• Possono scaricarsi facilmente.</li></ul>

# TIPI DI DISPOSITIVI



Tipo di dispositivo	Attività	Benefici	Sfide
TABLET / SMARTPHONE	<ul style="list-style-type: none"><li>• Usare apps, inclusi i giochi sensoriali;</li><li>• Accedere a internet;</li><li>• Visualizzare e modificare foto;</li><li>• Guardare la tv o film online;</li><li>• Inviare email;</li><li>• Fare chiamate e videochiamate usando app web;</li><li>• Giocare con i videogiochi;</li><li>• Disegnare.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Molto facile da trasportare;</li><li>• La tecnologia touchscreen è più intuitiva rispetto <b>all'uso</b> della tastiera e del mouse;</li><li>• Possono essere usati da persone con deficit cognitivi e motori abbastanza severi.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Può essere difficile stampare;</li><li>• Può essere difficile scrivere documenti di testo (una tastiera senza fili può aiutare);</li><li>• Il tablet può essere pesante da sostenere (è consigliabile mettere un cuscino sotto al tablet che aiuta la persona a sostenerlo) mentre lo schermo dello smartphone può essere troppo piccolo;</li><li>• La luminosità dello schermo può rendere</li></ul>

# TIPI DI DISPOSITIVI



Tipi di dispositivi	Attività	Benefici	Sfide
CONSOLES DEI VIDEOGIOCHI	<ul style="list-style-type: none"><li>• Svolgere giochi e attività insieme ad altre persone;</li><li>• Fare attività fisica.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Consente il coinvolgimento <b>dell'esercizio</b> fisico;</li><li>• Possono essere utilizzate individualmente o in gruppo.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Funzioni limitate;</li><li>• Serve uno schermo largo con di fronte spazio libero per muoversi.</li></ul>

# UNITA' 4: COME PRESENTARE LE ICT ALLE PERSONE CON DEMENZA

## 1. PIANIFICA

- Organizza gli strumenti di cui hai bisogno;
- Prepara la stanza nella quale vuoi svolgere l'**attività**;
- Prepara una lista di siti web, app e immagini utili;
- Controlla che la connessione internet funzioni.

## 2. FOCALIZZATI SULL'ATTIVITA' E NON SULLO STRUMENTO

Puoi dire alla persona con demenza: «Ascoltiamo **un po' di musica/guardiamo alcuni video/ giochiamo ad un gioco**” e **non** «Usiamo il computer/tablet».

## 3. INIZIA CON UN'ATTIVITA' SEMPLICE

Pianifica **un'attività** semplice ad esempio scegli la musica preferita della persona con demenza o proponigli di giocare ad un gioco per lei/lui significativo.

# PENSA ALLA PERSONA



- Focalizzati sulle abilità della persona e non sui suoi deficit.
- Pianifica **l'attività** sulla base degli interessi e delle capacità della persona al fine di incrementare il suo livello di coinvolgimento.
- Descrivi quello che stai facendo mentre lo stai facendo perchè ciò che ti può sembrare banale può non esserlo per persone che non hanno familiarità con **l'uso** della tecnologia.
- Non forzare **l'attività** se la persona non è interessata a svolgerla.
- La durata delle attività dovrebbe essere breve (circa 20 minuti o meno).
- Non esporre la persona al fallimento.

# AMBIENTE E DISPOSITIVI



- Prepara una postazione per la seduta comoda per la persona con demenza.
- Siccome il tablet può essere pesante da sostenere, metti un cuscino sotto ad esso.
- Riduci al minimo **l'interferenza** visiva sullo schermo.
- Regola la luminosità dello schermo al fine di evitare **l'abbagliamento**.
- Assicurati che il materiale che intendi utilizzare contenga caratteri abbastanza grandi e che il contrasto dei colori sia forte.
- Se vuoi usare una tastiera puoi incollare sopra ad alcuni tasti delle etichette informative che ne spiegano la funzione, puoi attaccarne una ad esempio sulla barra spaziatrice con scritto "spazio". Puoi anche coprire alcune parti della tastiera che non sono necessarie per **l'attività** che intendi proporre al fine di ridurre **l'interferenza**.
- Sostituisci il gergo tecnico con il linguaggio di tutti i giorni (es. cursore → puntatore/ freccetta; monitor → schermo; click → premere; menu → lista o elenco).

**UNITA' 5: L'USO DELLE ICT  
NELLE ATTIVITA' DI  
REMINISCENZA E DI STORIA DI  
VITA**

# CHE COS E' LA TERAPIA DELLA REMINISCENZA?



- La Terapia della Reminiscenza (TR) è un intervento non farmacologico rivolto a persone con demenza, che comprende conversazioni su attività, eventi, oggetti ed esperienze passate, spesso con **l'utilizzo** di stimoli concreti (es. fotografie, oggetti di famiglia provenienti dal passato, musica, registrazioni audio e video del passato).
- Recentemente **l'uso** delle ICT come metodo per supportare la TR è diventato ampiamente utilizzato. La RT sfrutta la naturale tendenza delle persone anziane a rievocare eventi del loro passato, al fine di stimolare le abilità mnestiche residue di persone con demenza. Infatti le persone con demenza recuperano con maggiore facilità ricordi della loro giovinezza rispetto ad eventi più recenti.
- La TR è utile non solo per stimolare le abilità cognitive ma anche per migliorare **l'umore**, la soddisfazione e la qualità di vita delle persone con demenza. La TR può essere efficace nel promuovere un senso di integrità e nel migliorare la qualità della relazione tra il caregiver e la persona con demenza e riscoprire il piacere di stare insieme.

# TERAPIA DELLA REMINISCENZA

TR può essere fatta:



IN GRUPPO



INDIVIDUALMENTE



# Terapia della reminiscenza basata sulle ICT

## BENEFICI:



Personalizzazione delle sessioni. Usando risorse multimediali, applicazioni e archivi hai la possibilità di scegliere gli stimoli più adatti e significativi per la persona alla quale è rivolto **l'intervento**, sulla base della sua storia di vita, sui suoi interessi e hobby.



**E'** disponibile **un'ampia** varietà di stimoli. Grazie **all'uso** di internet puoi trovare gratuitamente una vasta gamma di stimoli, che puoi facilmente implementare nelle sessioni di TR.



Flessibilità.

Puoi iniziare la sessione di TR con alcuni stimoli pre-selezionati ma è importante seguire con flessibilità il flusso della reminiscenza della persona con demenza, usando stimoli progressivamente coerenti ai ricordi che riportano nel corso della sessione.

# LE ICT NELLE SESSIONI DI TR IN GRUPPO

Il gruppo può stimolare il desiderio di ricordare e promuovere la socializzazione.

I caregiver hanno la possibilità di conoscere meglio i partecipanti.



→ Prepara il setting. Trova una stanza ben illuminata, senza troppi stimoli distraenti e con una postazione di lavoro comoda.



→ Scarica e stampa alcuni materiali. È utile avere alcuni materiali scaricati e raccolti in una cartella ed alcuni indirizzi di siti web salvati. Puoi anche stampare alcuni stimoli prima di iniziare la sessione.



→ Scegli attentamente i termini di ricerca al fine di evitare di recuperare materiale inappropriato in presenza della persona con demenza.



→ Google Images e You Tube. Immagini e video sono più adatti alle persone con demenza rispetto a documenti di testo.

# LE ICT NELLE SESSIONI DI TR INDIVIDUALI

In base alle proprie abilità la persona con demenza può:

- pianificare e strutturare la propria storia di vita con un livello variabile di supporto da parte del caregiver;
- oppure semplicemente scegliere tra diversi stimoli proposti dal caregiver.



→ Concentrati sul processo. Il processo è più importante del risultato finale.



→ Pianifica sessioni brevi, focalizzate su uno specifico tema.



→ Salva il lavoro frequentemente, per evitare di perderlo.



→ Storie di vita pubbliche o private, si possono creare due versioni diverse del *life story book*: una versione pubblica, che può essere condivisa con i caregiver formali e una versione privata, che può essere condivisa solo con i caregiver familiari.

# UNITA' 6: LE ICT NELLE ATTIVITA' RICREATIVE E ARTISTICHE

# LE ICT NELLE ATTIVITA' RICREATIVE E ARTISTICHE

Nelle attività ricreative ed artistiche le ICT possono essere un valido supporto per i caregiver o possono essere utilizzate direttamente dalle persone con demenza. Queste attività possono essere eseguite individualmente o in gruppo. Le attività ricreative e artistiche includono:



**GIOCHI**



**ARTE E ARTIGIANATO**



**TV, RADIO E FILM ONLINE**



**FOTOGRAFIA E FILM-MAKING**



## GIOCHI

I giochi sono un buon modo per presentare le ICT alle persone con demenza.

Ci sono diversi tipi di giochi che puoi utilizzare con le persone con demenza:

Versioni online e gratuite di giochi tradizionali, ben conosciuti dalla persona con demenza, come ad esempio:

- Sudoku (l'**Alzheimer's** Society del Canada posta un nuovo sudoku sul proprio sito ogni giorno <https://alzheimer.ca/en/help-support/im-living-dementia/living-well-dementia/challenging-your-brain/sudoku> )
- La ricerca di parole
- Parole crociate ([www.dowedo.net](http://www.dowedo.net))
- Jigsaws (puzzle) ([www.jigzone.com](http://www.jigzone.com))
- Giochi di carte;
- Giochi di società;
- Giochi sensoriali.

App mainstream specifiche sviluppate appositamente per persone con demenza.

Le console dei videogame consentono di svolgere giochi cognitivi e giochi che coinvolgono anche l'**esercizio** fisico (es. gli exergame sono videogiochi interattivi che combinano l'**esercizio** cognitivo con l'**esercizio** fisico).





## ARTE E ARTIGIANATO



### Disegno

- i software di disegno come Microsoft Paint, che possono essere utilizzati con il computer;
- le applicazioni di disegno, che possono essere usate sui tablet o sugli smartphone usando il touchscreen..



Calendari, presentazioni, biglietti, cartelli, menu, mappe, newsletters



Puoi anche trovare app mainstream per altri tipi di arti e mestieri come ad esempio la ceramica.





## TV, RADIO E FILMS ONLINE



Scegli il programma radiofonico, il podcast o il programma televisivo sulla base degli interessi della persona con demenza.



Guardare film, ad esempio puoi scegliere film classici che richiamano l'**atmosfera** della giovinezza della persona con demenza.





## FOTOGRAFIA E FILM-MAKING

→ Le persone con demenza possono usare le fotocamere digitali per scattare foto ad amici e familiari e per immortalare momenti significativi della propria vita, al fine di creare un album fotografico digitale. Questa attività consente alle persone con demenza di tenere traccia degli eventi recenti e migliorare il proprio tono **dell'umore**. Puoi anche utilizzare alcune app di photo editing per aggiungere agli scatti una cornice o una descrizione.

→ Le persone con demenza possono anche usare le videocamere digitali per registrare brevi video.



# UNITA' 7: LE ICT PER SOCIALIZZARE E COMUNICARE

“

*Le ICT possono aiutare le persone con demenza a mantenersi in contatto con parenti ed amici.*

Puoi utilizzare internet per supportare la comunicazione delle persone con demenza utilizzando:

- Email
- Videochiamate
- Chats (Whatsapp e simili).

# EMAIL

## Vantaggi:

- Spedire email è gratuito e possono essere spedite rapidamente in tutto il mondo.
- Ti permettono di spedire facilmente fotografie, link e documenti.
- Le email possono essere abbozzate e spedite in un secondo momento.
- Le email vengono automaticamente conservate e questo consente alle persone con demenza di rileggerle ogni volta che vogliono.

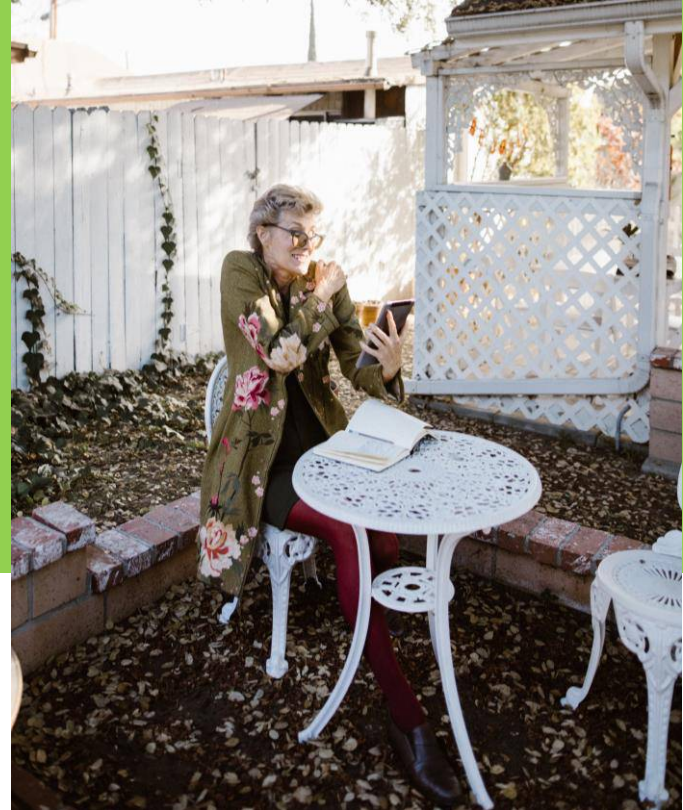
## Consigli:

- Assicurati che amici e parenti vogliano parlare con la persona perchè non ricevere risposta può turbare la persona con demenza;
- Ognuno dovrebbe avere il proprio indirizzo email al fine di proteggere la privacy;
- Mantenere **l'username** e la password al sicuro e private;
- Rimuovere le spam prima che vengano lette dalla persona con demenza.



# INTERNET PHONE SERVICES

- VOIP= Voice Over Internet Protocol (voce tramite protocollo internet) consentono alle persone di comunicare tra di loro facilmente (es. Skype, Googletalk).
- Attraverso l'uso delle webcams le persone con demenza possono vedere i loro interlocutori oltre che sentirne la voce.
- Possono incontrare parenti e amici che vivono lontano.
- Le VOIP consentono di ridurre l'isolamento sociale delle persone con demenza e prevenire i disturbi dell'umore.



# WEB CHATS



- Le web chat, come ad esempio WhatsApp, consentono di condividere facilmente video, foto e audio-messaggi e possono aiutare la persone con demenza a mantenersi in contatto con i propri parenti e amici, che vivono lontano.
- Le web chats aiutano le persone con demenza a mantenersi in relazione con le persone più giovani, ad esempio con i loro nipoti e favorire così lo scambio intergenerazionale.
- Per quanto riguarda i messaggi di testo, questi non sono particolarmente adatti alle persone con demenza perchè le caratteristiche del loro layout possono essere confuse e creare **un'eccessiva** interferenza visiva per la persona con demenza.

# BIBLIOGRAPHY

Dunn, S., Hicks, B., & Miller, L. (2012). Using ICT in activities for people with dementia. A short guide for social care provider. SCIE-Social care institute for excellence. London.

Osvath,, P., Kovacs, A., Boda-Jorg, A.,Tenyi, T., Fekete, S., & Voros, V. (2018). The Use of Information and Communication Technology in Elderly and Patients with Dementia.

Woods, B., **O'Philbin**, L., Farrell, E.M., Spector, A.E., & Orrell, M. (2018). Reminiscence therapy for dementia (Review). DOI: 10.1002/14651858.CD001120.pub3.