



UNIVERSITÀ
CATTOLICA
del Sacro Cuore

need NEUROLOGICAL
EXPERTISE AND
DEDICATION
institute

foundation for cure and rehabilitation of neurological diseases

Progetto sostenuto da

Fondazione
CARIPLO



memory

Il contributo dei centri per i disturbi cognitivi e le demenze
nella gestione integrata dei pazienti

ISS - XIII Convegno - 14 – 15 novembre 2019

MEMORY:

studio pilota sulla relazione tra engagement e propensione alla
prevenzione dei disturbi della memoria nei soggetti anziani


Massimo Corbo, Verena Biscaro, Serena Barella,
Guendalina Graffigna, Valeria Ginex

Cos'è **memory**

Un progetto di ricerca per prevenire e combattere la perdita di memoria, promosso da **Need Institute** (fondazione per la cura e la riabilitazione delle malattie neurologiche).

In pochi minuti, le racconteremo **che cosa è la memoria, come funziona, cosa le succede quando invecchiamo** e quali stili di vita possiamo mettere in atto per proteggerla. Infine potrà fare un semplice test.


Anche lei scoprirà sicuramente qualcosa di utile.



Selezioni per favore i dati che le corrispondono:

Donna

Uomo



Selezioni per favore i dati che le corrispondono:

minore di 50 anni

tra i 50 e i 60 anni

tra i 60 e i 70 anni

tra i 70 e i 80 anni

oltre gli 80 anni



Selezioni per favore i dati che le corrispondono:

diploma elementare

diploma medie inferiori

diploma medie superiori

laurea




Prima di iniziare vorremmo sapere su una scala da 0 a 7 (dove 0 = per nulla d'accordo e 7 = molto d'accordo), quanto si trova in accordo con le seguenti affermazioni:

"Partecipare attivamente alla gestione della mia salute è un fattore importante nel prevenire le malattie e nel garantire un invecchiamento sano"

Per nulla d'accordo Molto d'accordo

1 2 3 4 5 6 7



Cos'è la memoria?

Ogni giorno riceviamo infiniti stimoli dall'ambiente che ci circonda e il nostro cervello immagazzina così moltissime informazioni, scartando quelle ritenute meno importanti.

La memoria è la funzione che unisce le nostre esperienze passate con quelle presenti, determinando le nostre scelte.



Bene, mettiamo alla prova. Iniziamo?

Legga attentamente l'indirizzo qui sotto e provi a ricordarlo.

Antonio Galletta, via Salesino 36, Ferrara

Quando è sicuro di averlo letto con attenzione, clicchi sul pulsante "Avanti" per continuare.



Come funziona la memoria?

Tutti ricordiamo i tempi della scuola: tanto più ripetevamo un testo, ad esempio una poesia, tanto più lo fissavamo nella nostra memoria, ricorrendoci anche a distanza di molto tempo.

Così, le esperienze di vita modificano nel cervello le connessioni tra le cellule cerebrali, le cosiddette **sinapsi**, stabilizzando in questo modo i nostri ricordi nelle aree della memoria.



Come funziona la memoria?

Esistono diversi tipi di memoria, perché le informazioni che riceviamo sono riprodotte in differenti "magazzini", ciascuno in un'area specifica del cervello.

C'è una **memoria a breve termine**, che ci permette di tenere a mente poche informazioni per pochissimi secondi. Per esempio, ci dettano un numero di telefono, e noi lo ripetiamo a voce, mentre cerchiamo un foglietto per scriverlo. All'improvviso, "puff" è già dimenticato!



Come funziona la memoria?

E c'è una **memoria a lungo termine**, come per esempio la memoria autobiografica che riguarda i ricordi di fatti ed eventi che sono successi proprio a noi. Tutti ricordiamo più a lungo e in modo più nitido eventi, letti o dolorosi, che hanno un forte valore personale ed emotivo.

La memoria semantica invece è deputata al ricordo delle conoscenze generali che abbiamo del mondo, come il significato delle parole, le caratteristiche di un oggetto o il volto di una persona celebre.



Come proteggere la memoria?

Eh sì, s'invecchia. E la nostra memoria con noi. E' un fenomeno naturale, ma il nostro cervello può contrastare questo processo. Tocca a noi, però, mantenerlo in forma.

Ecco alcuni consigli pratici:

Allenare la memoria. Con la lettura, per esempio. Raccontando quello che si legge oppure parlando dei fatti del giorno con parenti e amici.



Come proteggere la memoria?

Fare movimento. Fare ginnastica, camminare e ballare (perché non?) sono attività che proteggono le connessioni cerebrali e migliorano l'umore.

Nutrirsi bene. Una dieta equilibrata, con i grassi sani e con fonti vegetali, alimenta bene anche il cervello.



Come proteggere la memoria?

Socializzare. Avere buoni legami sociali è un fattore che determina un'aspettativa di vita più lunga e una minore incidenza di malattie neurologiche.

Fare controlli periodici. Sottoporsi a visite neurologiche periodiche aiuta a prevenire possibili danni al sistema cerebrale e permette di attivare eventuali cure precoci.



E ora, il test

Si ricorda l'indirizzo che le abbiamo mostrato poco fa? Quali era tra i seguenti?

Antonio Galletta, via Salesino 36, Ferrara

Andrea Galletta, via Soresino 63, Genova

Alberto Galletta, via Salesina 63, Firenze

Antonio Galletta, via Salesino 36, Ferrara




Bene, il nostro breve viaggio è finito qui. Speriamo che lo abbia gradito.

Quanto le è stato utile il progetto memory?


Poco Molto

1 2 3 4 5



Un'ultima domanda: **Pensa che discuterà con il suo medico della sua memoria e di come prenderne cura?**

SÌ NO



Nei casi lei avvertisse disturbi di memoria, anche lievi, ne parli con fiducia con il suo medico di famiglia, come si fa per la pressione o per il colesterolo ed eventualmente incontri un neurologo.

Per entrare in contatto con un neurologo esperto della memoria lasci pure qui le sue mail e/o il suo numero di cellulare:




Partecipanti: Studi di Medicina Generale

Luogo	N° gg eff.	Media sogg/gg
dott.ssa Cre.....	44	1,14
dott.ssa Pal....	37	1,62
dott.ssa Cal....	72	1,13
dott. Imp.....	62	1,58
dott.ssa Van.....	47	0,75

Partecipanti: RSA (Santa Marta MI)

Luogo	N° giorni eff.	Media sogg/gg
RSA S. Marta	60	1,07

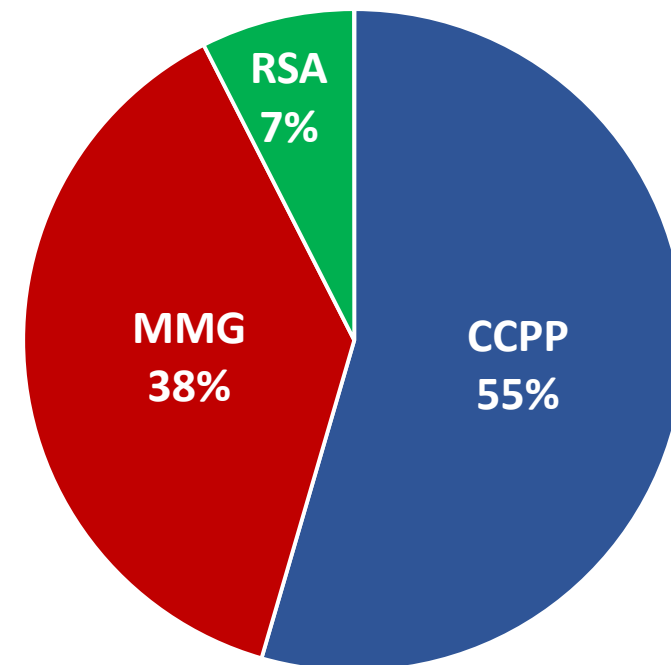
Partecipanti: Casa di Cura del Policlinico

Luogo	N° giorni eff.	Media sogg/gg
Accettazione CCP	171	1,41
Accettazione CCP	122	1,84

☐ Totale Soggetti raccolti negli studi MMG: **324**

☐ Totale Soggetti raccolti in RSA: **64**

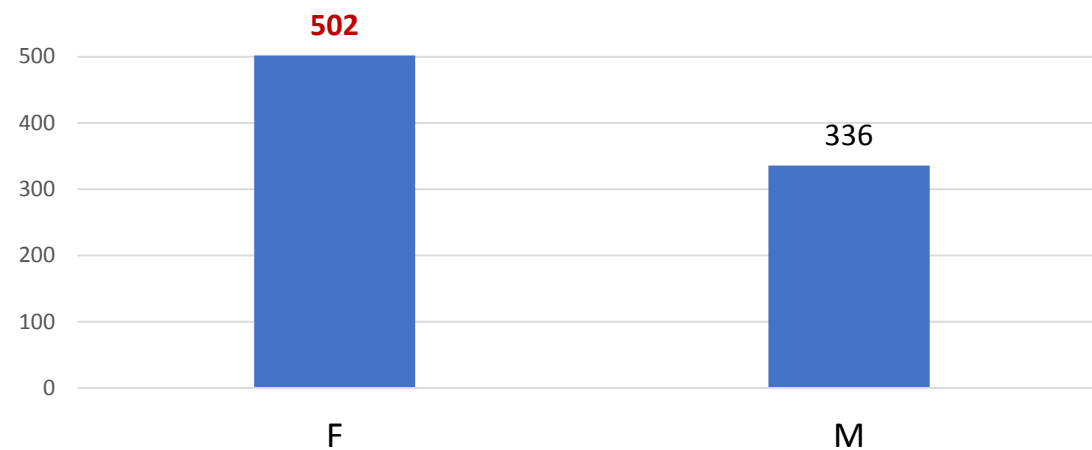
☐ Totale Soggetti raccolti in CCPP: **465**



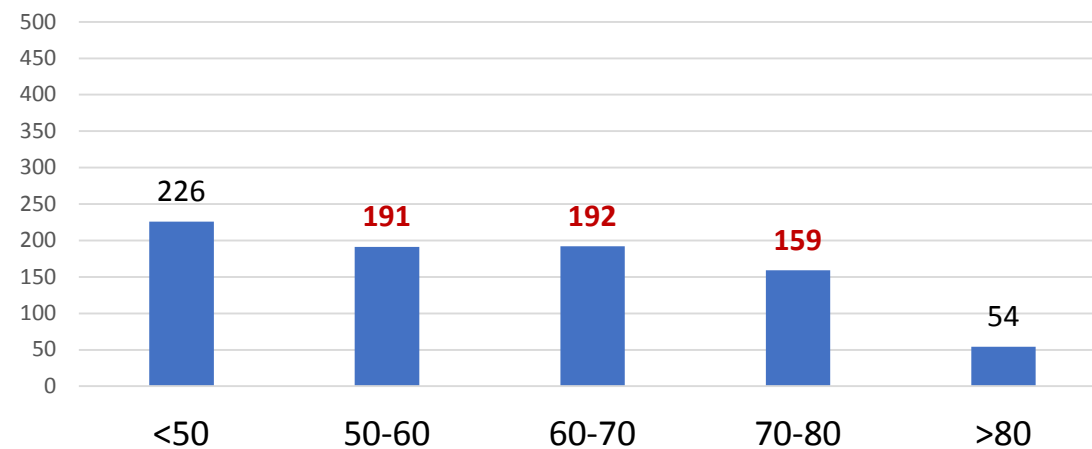
N: 853

Dati anagrafici dei soggetti

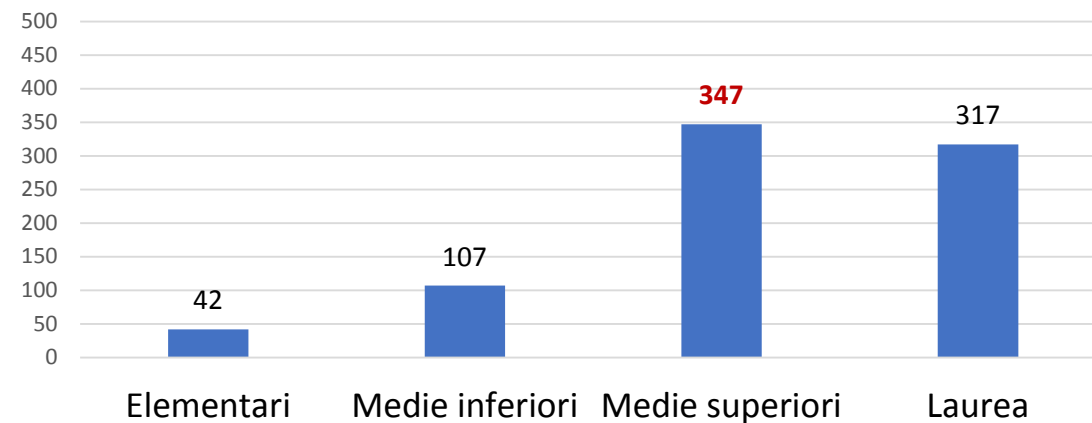
Genere	N	Percentuale
F	502	59,90%
M	336	40,10%
Totale	838	100,00%



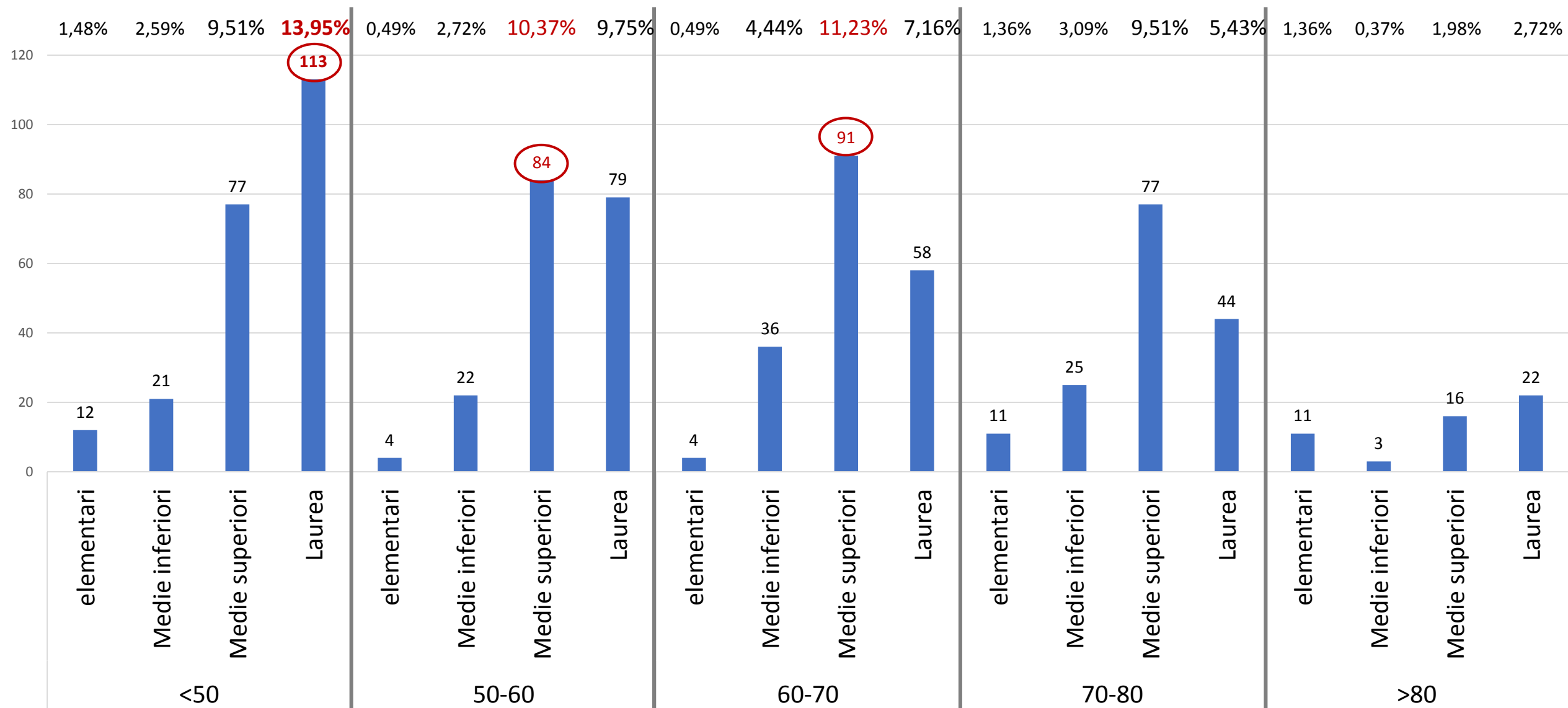
Età	N	Percentuale
<50	226	27,49%
50-60	191	23,24%
60-70	192	23,36%
70-80	159	19,34%
>80	54	6,57%
Totale	822	100,00%



Titolo di studio	N	Percentuale
Elementari	42	5,17%
Medie inferiori	107	13,16%
Medie superiori	347	42,68%
Laurea	317	38,99%
Totale	813	100,00%



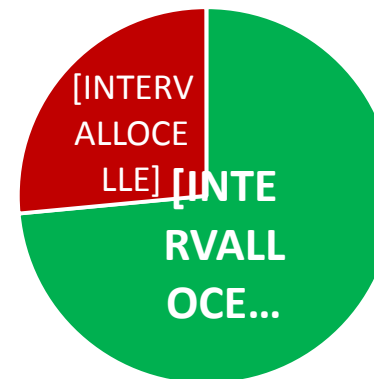
Il gruppo più rappresentato sono i **minori di 50 anni laureati (13,95%)**;
seguono i soggetti tra i 60 e i 70 anni (11,23%) e i soggetti tra i 50 e 60 anni (10,37%) con un diploma di medie superiori.



Completamento

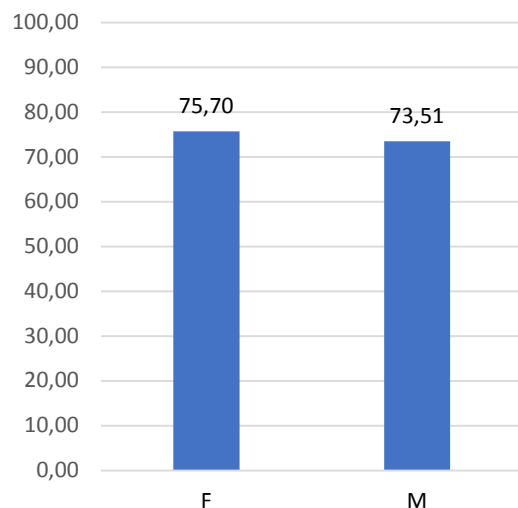
Media del tempo di esecuzione: **334,04 secondi** (circa 5 minuti e mezzo)

L'età e il titolo di studio influiscono significativamente sul tempo di esecuzione dell'app (test di Krusal-Wallis $p < .01$)



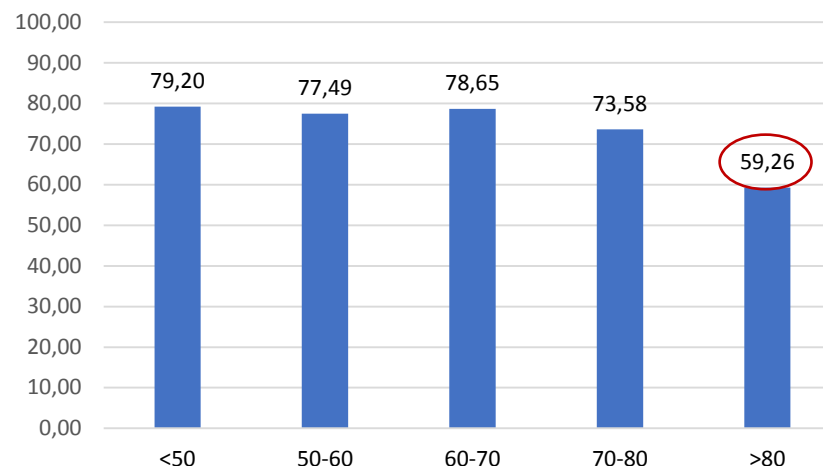
→ Soglia prevista: 80%

Genere



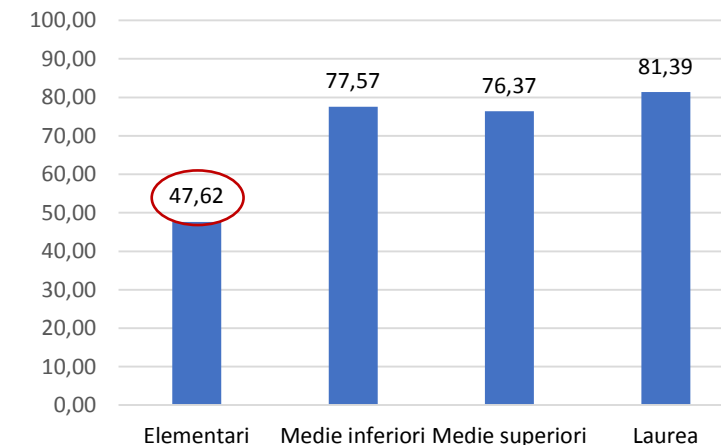
Non vi sono differenze nella percentuale di completamento a seconda del genere (chi quadrato di Pearson; $p = .475$)

Età



*I soggetti **più anziani** hanno una percentuale di completamento significativamente **minore** rispetto agli altri gruppi (chi quadrato di Pearson; $p < .025$)

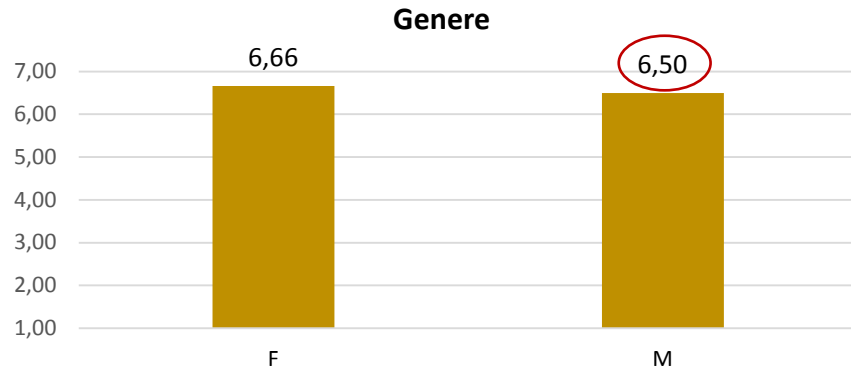
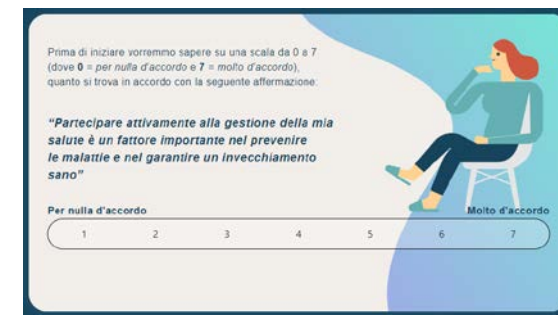
Titolo di studio



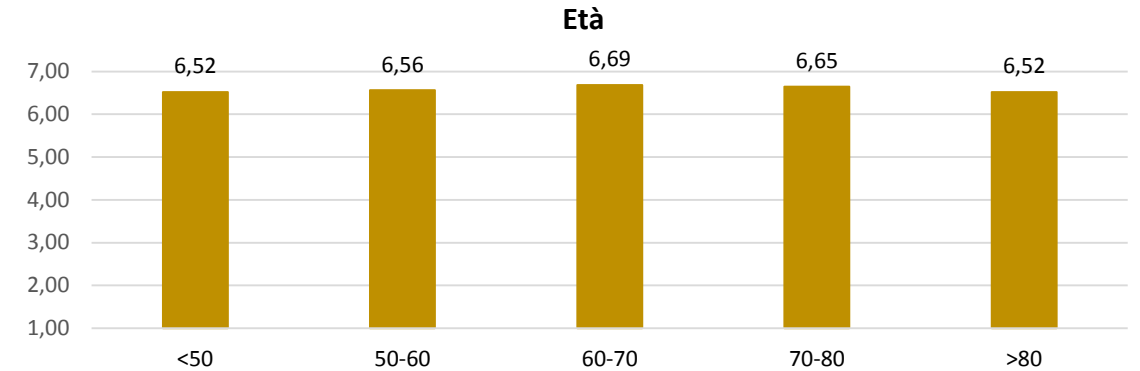
*I soggetti con **bassa scolarità** hanno una percentuale di completamento significativamente **minore** rispetto agli altri gruppi (chi quadrato di Pearson; $p < .001$)

Attitudine all'engagement

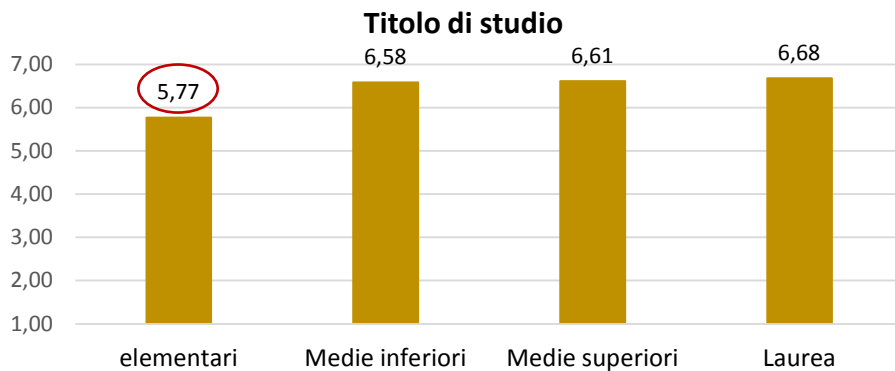
Risposta su una scala 1-7 che misura il grado di accordo alla frase: «Partecipare attivamente alla gestione della mia salute è un fattore importante nel prevenire le malattie e nel garantire un invecchiamento sano» **Media del campione totale: 6,59/7**



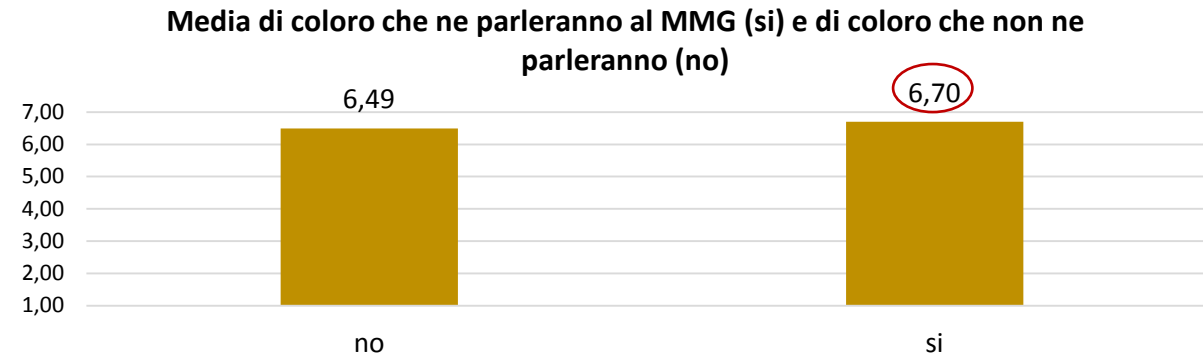
* I **maschi** presentano una media inferiore rispetto alle donne



Non vi sono differenze significative nell'attitudine alla prevenzione a seconda dell'età dei soggetti (test di Kruskal-Wallis $p = .061$)



* I soggetti con **bassa scolarità** presentano una media significativamente inferiore rispetto agli altri soggetti (test di Kruskal-Wallis $p < .001$)

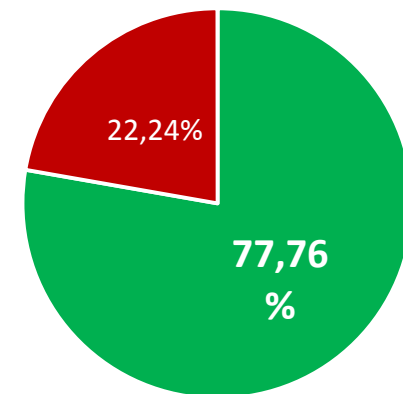


* I soggetti che manifestano **l'intenzione di discutere della propria memoria con il medico** presentano un'attitudine all'engagement significativamente maggiore

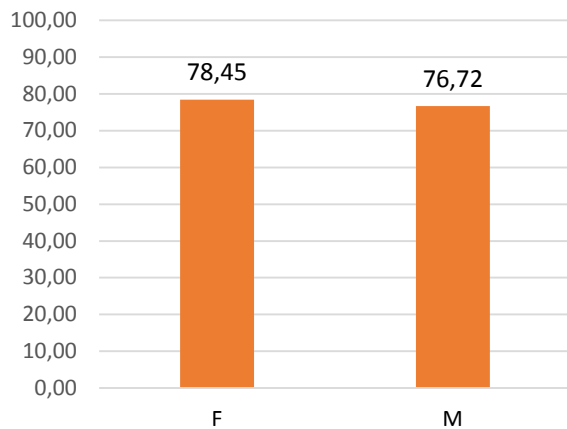
Performance al test dell'indirizzo



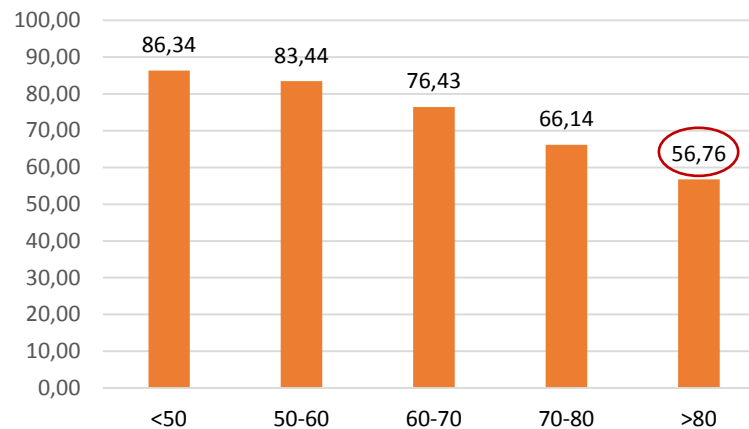
Percentuale di risposte corrette:
77,76%



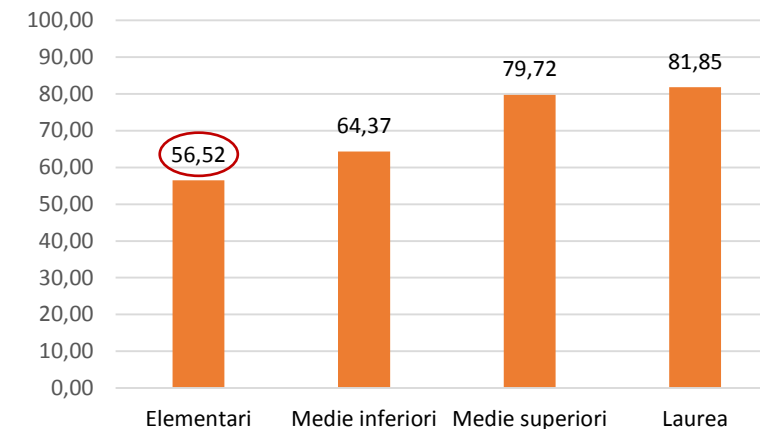
Genere



Età



Titolo di studio

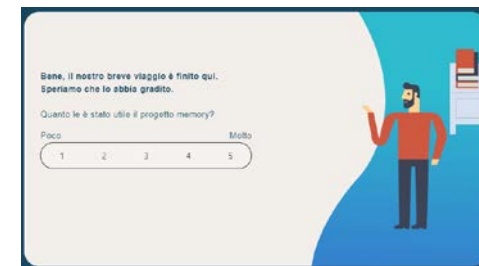


La performance al test dell'indirizzo non è diversa tra donne e uomini
(chi quadrato di Pearson; $p=.601$)

*I soggetti **anziani** falliscono al test dell'indirizzo in percentuale statisticamente maggiore rispetto agli altri gruppi
(chi quadrato di Pearson; $p<.001$)

*I soggetti con **bassa scolarità** falliscono al test dell'indirizzo in percentuale statisticamente maggiore
(chi quadrato di Pearson; $p<0.001$)

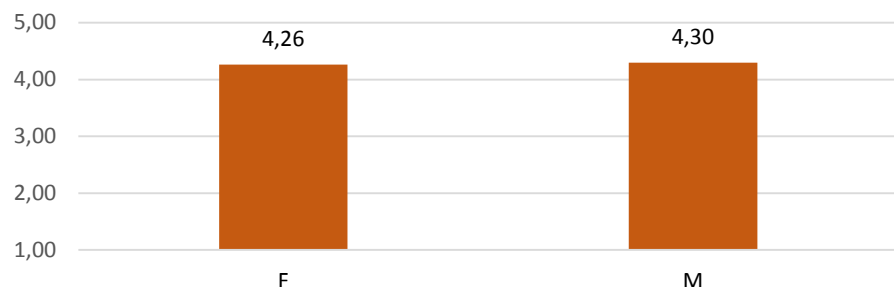
Percezione di utilità del progetto



Risposta su scala 1-5: «Quanto le è stato utile il progetto Memory?» **Media del campione totale: 4,28/5**

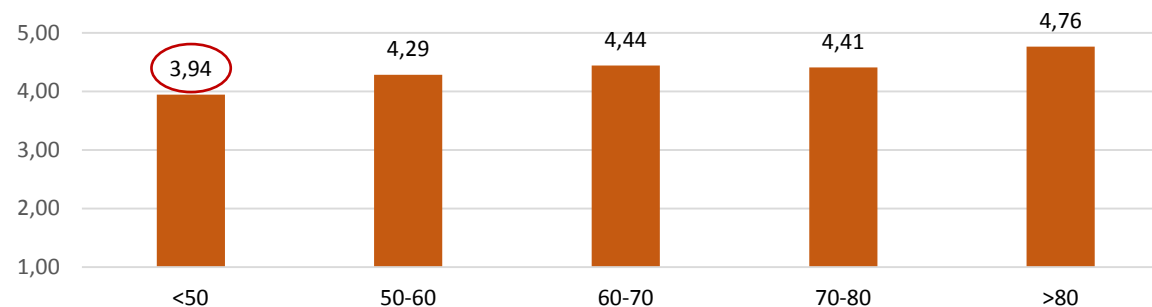
Percentuale valutazione ≥ 4 : **80,35%** \longrightarrow Soglia prevista: 80%

Genere



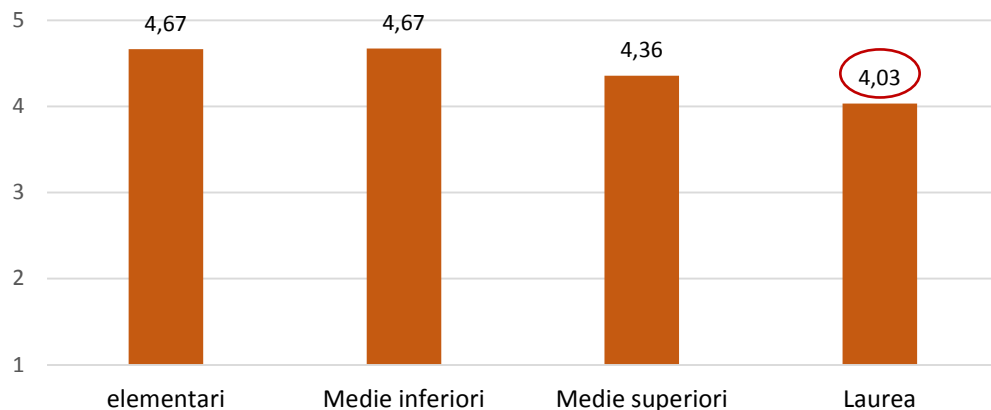
Donne e uomini valutano in modo simile il progetto
(test di Mann-Whitney; $p = .961$)

Età



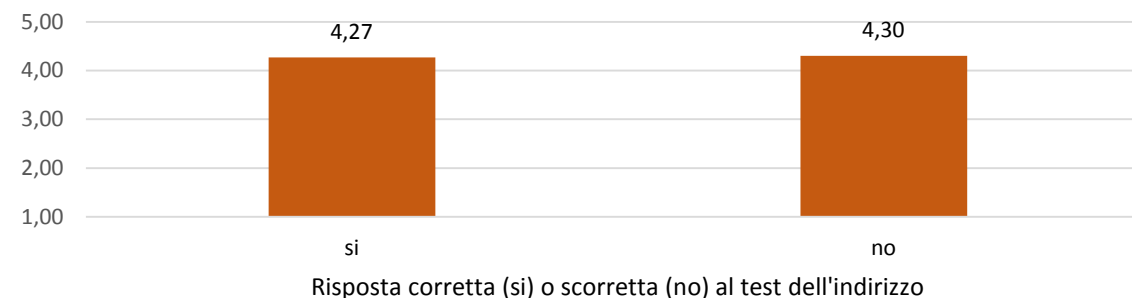
* I soggetti **più giovani** danno valutazioni meno positive rispetto agli altri gruppi (test di Kruskal-Wallis; $p < .001$)

Titolo di studio



* I soggetti **più scolarizzati** danno valutazioni meno positive rispetto agli altri gruppi (test di Kruskal-Wallis; $p < .001$)

Media della valutazione del progetto per risposta corretta/scorretta

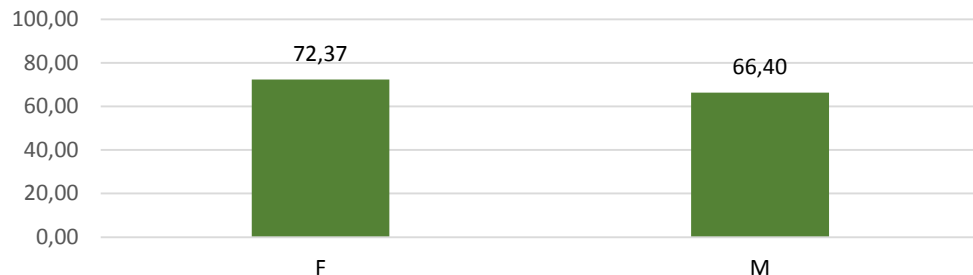


La valutazione media del progetto non cambia in modo significativo tra coloro che hanno risposto correttamente al test dell'indirizzo e coloro che hanno sbagliato (test di Mann-Whitney; $p = .121$)

Intenzione di parlarne al Medico

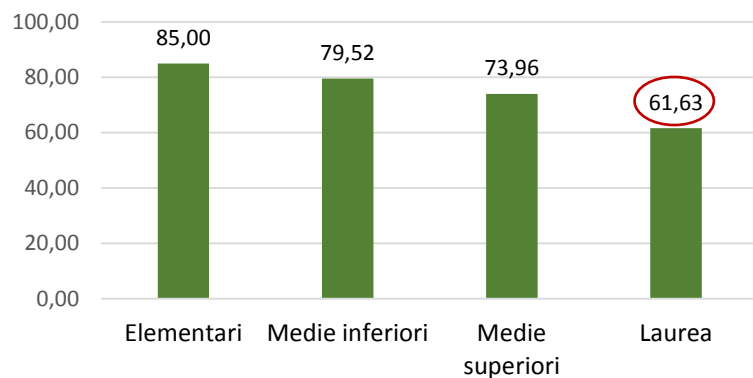
Percentuale totale soggetti che intendono parlarne al medico: **70,02%**

Genere



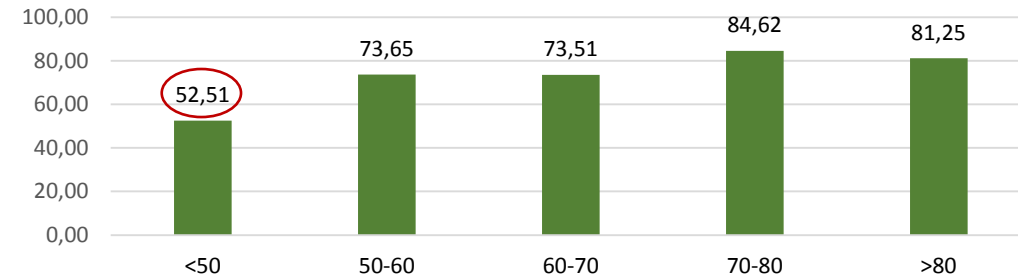
Non vi sono differenze tra donne e uomini nell'intenzione di parlarne al medico (chi quadrato di Pearson; $p = .111$)

Titolo di studio



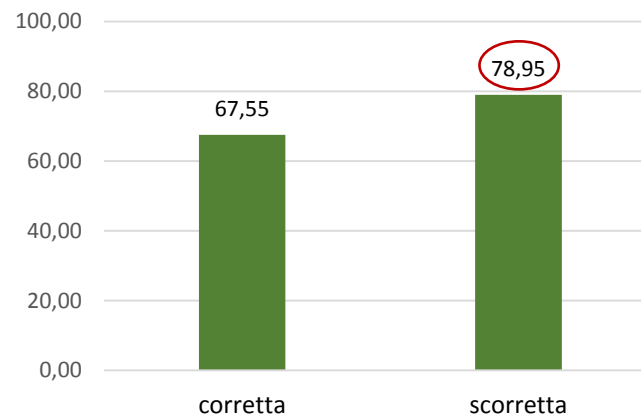
* I laureati manifestano un'intenzione di parlarne col medico significativamente minore (chi quadrato di Pearson; $p=.001$)

Età



* I soggetti **sotto i 50 anni** manifestano un'intenzione di parlarne col medico significativamente minore (chi quadrato di Pearson; $p < .001$)

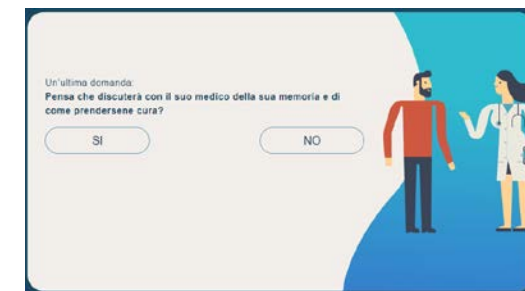
Percentuale di chi ne parlerà col medico per risposta al test



Percentuale soggetti a prestazione ridotta (cioè che sbagliano la risposta al test dell'indirizzo) che intendono parlarne al medico: **78,95%**

Soglia prevista: 50%

* I soggetti che **falliscono al test dell'indirizzo** manifestano un'intenzione di parlarne col medico significativamente maggiore (chi quadrato di Pearson; $p=.011$)



Azione: lasciare il contatto

Numero totale di contatti lasciati: **98**

Percentuale di soggetti che hanno lasciato i contatti sul totale dei completati: **15,63%**

Donne e uomini lasciano il contatto in percentuale simile (rispettivamente 16,5% e 13%)



Solo il **12,8%** dei soggetti **sotto i 50 anni** lascia un contatto, contro il **21,9%** degli **ultraottantenni**

% soggetti che hanno lasciato il contatto	<50	50-60	60-70	70-80	>80
	12,8%%	12,20%	17,90%	17,10%	21,90%

Quasi **un soggetto su tre** con **scolarità elementare** lascia il contatto (**30%**), contro il **15,9% dei laureati**

% soggetti che hanno lasciato il contatto	Elementari	Medie inferiori	Medie superiori	Laurea
	30%	7,20%	15,80%	15,90%

Non vi sono particolari differenze nella percentuale di chi ha lasciato un contatto a seconda della performance al test dell'indirizzo (il 15,7% di chi ha sbagliato la risposta e il 15% di chi risponde correttamente)

Il 19,8% di coloro che hanno manifestato l'**intenzione** di parlarne al medico ha lasciato un contatto, contro il **4,3%** di coloro che dichiarano di **non voler discutere** della propria memoria col proprio medico.

Ulteriori analisi

Non vi sono differenze significative nell'attitudine all'engagement tra coloro che hanno fallito il test e coloro che hanno risposto correttamente (test di Mann-Whitney; $p = .613$)

Coloro che mostrano **maggiore attitudine** all'engagement, **valutano più positivamente** il progetto (correlazione Tau-b di Kendall, $p < .001$; Spearman, $p < .001$)

Coloro che **falliscono** il test dell'indirizzo sono più inclini a **volverne parlare** col medico (chi quadrato di Pearson, $p = .011$)

Coloro che dichiarano di **volverne parlare** col proprio medico, mostrano una **maggiore attitudine** all'engagement (test di Mann-Whitney, $p = .002$), **valutano più positivamente** il progetto (test di Mann-Whitney, $p < .001$) e sono più predisposti a lasciare un **contatto** (chi quadrato di Pearson, $p < .001$)

Conclusioni

Fascia d'età 50-80 anni:

- 542** soggetti (il **65,9%** di coloro che hanno inserito i dati relativi all'età);
- Presentano un'attitudine all'**engagement** media di **6,63/7** (*media del campione totale: 6,59*)
- L'**83,41%** valuta positivamente il progetto (*valutazioni ≥ 4 ; percentuale campione totale: 80,35%*), con un **gradimento medio** di **4,38/5** (*media del campione totale: 4,28*)
- Il **76,7%** esprime l'**intenzione di voler parlare al proprio medico** della propria memoria e di come prendersene cura (*percentuale campione totale: 70%*)
- Il **15,6%** ha lasciato il **contatto** (*percentuale campione totale: 15,1%*)

memory

Buona giornata

e un grande grazie per l'aiuto che ha dato a noi
e al progetto Memory



need
institute

con il sostegno di

Fondazione
CARIPLO

con la collaborazione di



UNIVERSITA'
CATTOLICA
del Sacro Cuore

Engageminds-HUB

www.needistitute.it