

“Active and successful aging”

Rosa Napoletano

Dottoranda in Scienze delle Relazioni Umane, XXXVIII ciclo

Università degli Studi di Bari Aldo Moro

Dipartimento di Scienze della formazione, psicologia,
comunicazione

Introduzione



- Active Aging
- Qualità di vita
- Indipendenza e autonomia
- Analisi dei bisogni
- Interventi di stimolazione multisensoriale

Per un invecchiamento di successo



Il costrutto di Active Aging (AA)

«...processo di ottimizzazione delle opportunità per la salute, la partecipazione e la sicurezza al fine di migliorare la qualità della vita mentre le persone invecchiano.»

Rantanen & Saajanaho 2018





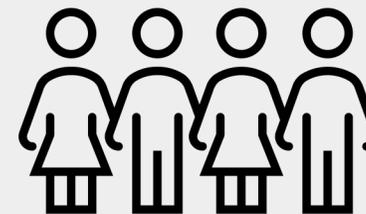
Salute

- ❖ Salute fisica
- ❖ Salute mentale
- ❖ Socialità
- ❖ Autonomia e indipendenza



Sicurezza

- ❖ Risorse economiche
- ❖ Risorse infrastrutturali
- ❖ Risorse sociali
- ❖ Responsabilità e autodeterminazione



Partecipazione

- ❖ Possibilità di essere una risorsa
- ❖ Cittadinanza attiva

Verso la concretizzazione dell'Active Aging (AA)



Active Aging Index [UNECE, 2019]



Employment
Occupazione
(per età)



**Partecipazione nella
società**

- Attività di volontariato
- Assistenza
- Partecipazione politica



**Indipendenza, salute, vita
sicura**

- Esercizio fisico
- Accesso a servizi sanitari
- Autonomia di vita
- Sicurezza finanziaria
- Sicurezza fisica
- Apprendimento

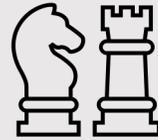


**Capacità e ambiente
favorevole**

- Benessere psicologico
- Uso di ICT
- Relazioni significative
- Istruzione

UJACAS (University of Jyväskylä Active Aging Scale)

❖ Volontà di agire



❖ Capacità di agire



❖ Possibilità di
agire

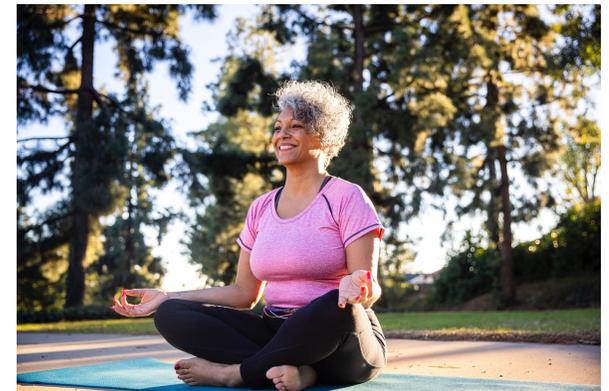


❖ Frequenza

Qualità di vita (QoL) in invecchiamento

“...percezione soggettiva che un individuo ha nella propria posizione nella vita, nel contesto di una cultura e di un sistema di valori nei quali egli vive, anche in relazione ai propri obiettivi, aspettative e preoccupazioni.”

Organizzazione Mondiale della Sanità, 1998

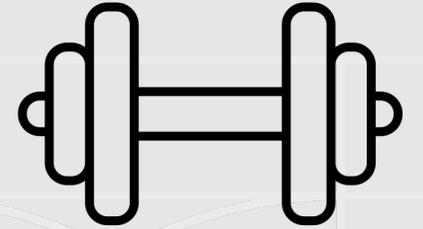
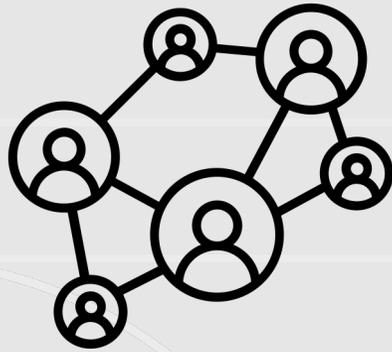


QoL: un costrutto multidimensionale



- ❖ condizioni materiali di vita
- ❖ salute
- ❖ istruzione
- ❖ abilità produttive e di valore
- ❖ diritti di base
- ❖ tempo libero e interazioni sociali
- ❖ accesso e qualità delle relazioni
- ❖ sostegno
- ❖ ambiente naturale di vita
- ❖ sicurezza economica e fisica
- ❖ esperienza di vita complessiva

WHOQoL-Breve



Sicurezza e incolumità
fisica
Ambiente domestico
Risorse finanziarie
Assistenza sanitaria
Trasporti
Informazioni
Attività di svago
Qualità ambiente di
vita

Relazioni sociali
Supporto sociale
Attività sessuale

Emozioni positive
Emozioni negative
Autostima
Aspetto esteriore
Spiritualità
Convinzioni personali
Capacità di
ragionamento e
apprendimento

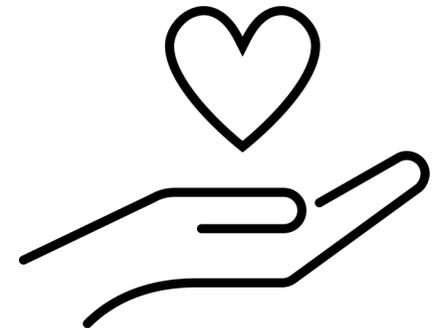
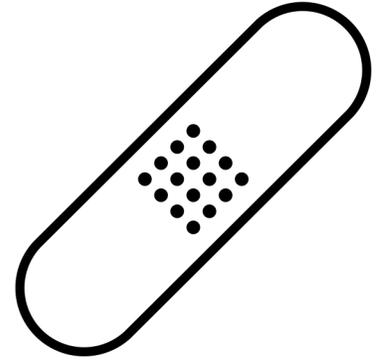
Dolori fisici
Energia/ stanchezza
Sonno
Spostarsi
Attività quotidiane
Assunzione farmaci
Capacità lavorativa

L'analisi dei bisogni in invecchiamento

Concetto di cura basata sulla persona:

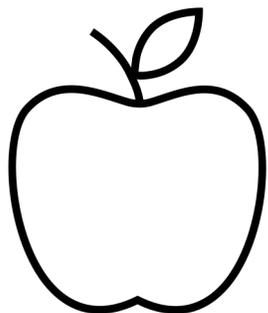
- rispetto dei valori;
- preferenze e bisogni personali;
- coordinazione e integrazione della cura;
- informazione, comunicazione e educazione;
- comfort fisico;
- supporto emotivo;
- coinvolgimento della famiglia e degli amici

[IOM, 2001]



Di cosa hanno bisogno le persone anziane?

Aree da analizzare:



autonomia:

- mobilità
- cura
- vita domestica



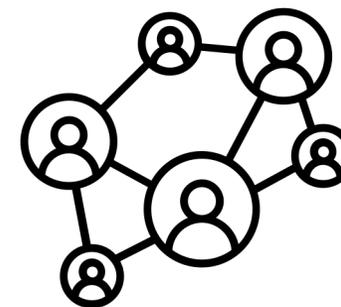
- relazioni
interpersonali;
- attività sociali



salute

psicologica:

- emozioni
- umore



risorse ambientali:

- ruolo degli
operatori
- strumenti di
supporto
- comunicazione

[Shankar et al., 2014; Abdi et al., 2019]

Valutazione della mobilità

Short Physical Performance Battery (SPPB)

Valutazione di tre abilità:

- Equilibrio
- Velocità di cammino
- Chair Rise Test



A. Side-by-side stand

Held for 10 seconds **1** point
Not held for 10 seconds **0** points
Not attempted **0** points
If not attempted, end balance tests.



B. Semi-tandem stand

Held for 10 seconds **1** point
Not held for 10 seconds **0** points
Not attempted **0** points
If not attempted, end balance tests.



C. Tandem stand

Held for 10 seconds **2** points
Held for 3 to 9.99 seconds **1** point
Held for < 3 seconds **0** points
Not attempted **0** points

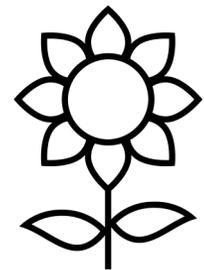
[Guralnik et al., 1994]

Interventi di
stimolazione
multisensoriale



Snoezelen Room

- Quali sono le peculiarità della stanza Snoezelen?
- Perché si utilizza?
- A chi è rivolto?
- Quali sono i benefici?



I risultati principali

- Sono stati evidenziati benefici consistenti sull'umore e sull'impegno durante e dopo gli interventi
- Diminuzione della frequenza cardiaca
- Solo in uno studio, benefici a lungo termine dopo 12 settimane

In conclusione, gli studi affermano l'importanza di questi interventi per migliorare la qualità di vita delle persone anziane e dei caregiver

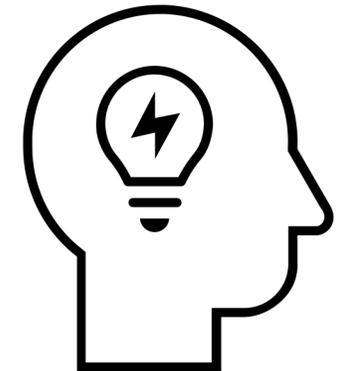
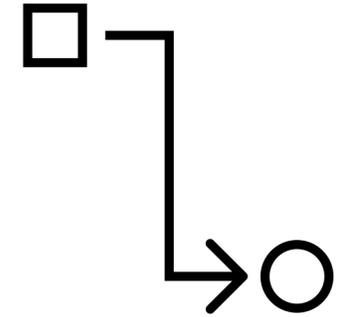


[Lorusso e Bosch, 2018]



In conclusione

- ❖ È stato evidenziato il ruolo attivo delle persone anziane
- ❖ È necessario implementare gli interventi in base alle preferenze e alle risorse del singolo individuo
- ❖ Le istituzioni devono monitorare i costi e le risorse disponibili per la buona riuscita di un intervento



Bibliografia



- ❖ Abdi, S., Spann, A., Borilovic, J., de WiMe, L., Hawley, M. (2019). Understanding the care and support needs of older people: a scoping review and categorisation using the WHO international classification of functioning, disability and health framework (ICF). *BMC Geriatrics*, 19:195
- ❖ De Girolamo, G., Becchi, M.A., Coppa, F., De Leo, D., Neri, G, et al. (2001). *Salute e qualità della vita*, Centro Scientifico Editore, 1-293
- ❖ Erbil, D., & Hazer, O. (2019). “University of Jyväskylä active aging scale: the study of validity and reliability”. *Uluslararası Avrasya Sosyal Bilimler Dergisi*, 10(38), pp. 1157 - 1175.
- ❖ Eurostat. Quality of Life (QoL). Available online: <https://ec.europa.eu/eurostat/web/gdp-and-beyond/quality-of-life/data> (accessed on 4 April 2020)
- ❖ Guralnik, J.M., Simonsick, E.M., Ferrucci, L., Glynn, R.J., Berkman, L.F., Blazer, D.G., Scherr, P.A., Wallace, R.B. (1994). A Short Physical Performance Battery Assessing Lower Extremity Function: Association with Self-Reported Disability and Prediction of Mortality and Nursing Home Admission, *Journal of Gerontology*, 49 (2), M85–M94
- ❖ Lorusso, L. N., Bosch, S. J. (2018). Impact of Multisensory Environments on Behavior for People with Dementia: A Systematic Literature Review. *The Gerontologist*, 58(3), e168–e179
- ❖ Organization WH. (2015). *World report on ageing and health: world health Organization*.
- ❖ Rantanen, T., Portegijs, E., (2019). “Developing an Assessment Method of Active Aging: University of Jyväskylä Active Aging Scale”. *Journal of aging and health*, 31(6), 1002–1024.
- ❖ Rantanen, T., Saajanaho, M., (2018). “Active aging, resilience and external support as modifiers of the disablement outcome: AGNES cohort study protocol. *BMC public health*, 18(1), 565.
- ❖ Shankar, K. N., Bhatia, B. K., & Schuur, J. D. (2014). Toward patient-centered care: a systematic review of older adults' views of quality emergency care. *Annals of emergency medicine*, 63(5), 529–550.e1
- ❖ The Whoqol Group Development of the World Health Organization WHOQOL-BREF Quality of Life Assessment (1998). *Psychol. Med*, 28, 551–558.
- ❖ United Economic Commission for Europe (2018). “Active Aging index: analytical report”.