

Autonomia e Tecnologie Inclusive nell'Assistenza Primaria

Come il design centrato sull'anziano e la mHealth stanno trasformando l'autocura delle malattie croniche.

Dra Silvana Schwerz Funghetto
PPGCTS/UnB

Clinical Interventions in Aging

 Open Access Full Text Article

Dovepress
open access to scientific and medical research

ORIGINAL RESEARCH

Predictive Models of Muscle Strength in Older People with Type 2 Diabetes Mellitus

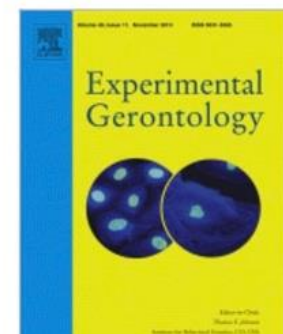
Mateus Medeiros Leite ¹, Ivo Vieira de Sousa Neto ², Maurílio Tiradentes Dutra ³,
Silvana Schwerz Funghetto ¹, Alessandro de Oliveira Silva ⁴, Izabel Cristina Rodrigues da Silva ¹,
Luciano Ramos de Lima ⁵, Marina Morato Stival ¹



Article

Initial Muscle Quality Affects Individual Responsiveness of Interleukin-6 and Creatine Kinase following Acute Eccentric Exercise in Sedentary Obese Older Women

Ivo Vieira de Sousa Neto ^{1,2,*} , Dahan da Cunha Nascimento ³ , Jonato Prestes ³ ,
Eduardo Fernandes da Fonseca ³ , Rodrigo Souza Celes ³ , Nicholas Rolnick ⁴ ,
Yuri Gustavo de Sousa Barbalho ² , Alessandro de Oliveira Silva ⁵ , Marina Morato Stival ^{2,6} ,
Luciano Ramos de Lima ⁶  and Silvana Schwerz Funghetto ^{2,6} 



Research article [Get rights and content](#)

Interleukin-6 – 174G/C gene polymorphism affects muscle damage and eccentric resistance exercise in elderly obese women

Silvana Schwerz Funghetto ^a , Jonato Prestes ^b, Alessandro de Oliveira Silva ^{b,c}, Darlan L. Farias ^b, T.
Vinícius C. Souza ^a, Nuno M.F. Sousa ^d, James W. Navalta ^e, Gislane F. Melo ^b, Margô Gomes de Oliveira K.

 Cite  Add to Mendeley  Share | 10.1016/j.exger.2013.08.009 [↗](#)



Article

IL-10 and IL-1β Serum Levels, Genetic Variants, and Metabolic Syndrome: Insights into Older Adults' Clinical Characteristics

Renata de Souza Freitas ¹ , Calliandra Maria de Souza Silva ^{2,3} , Caroline Ferreira Fratelli ² ,
Luciano Ramos de Lima ³, Marina Morato Stival ^{2,3}, Silvana Schwerz Funghetto ^{2,3} ,
Izabel Cristina Rodrigues da Silva ^{2,3,*}  and Rosângela Vieira de Andrade ¹

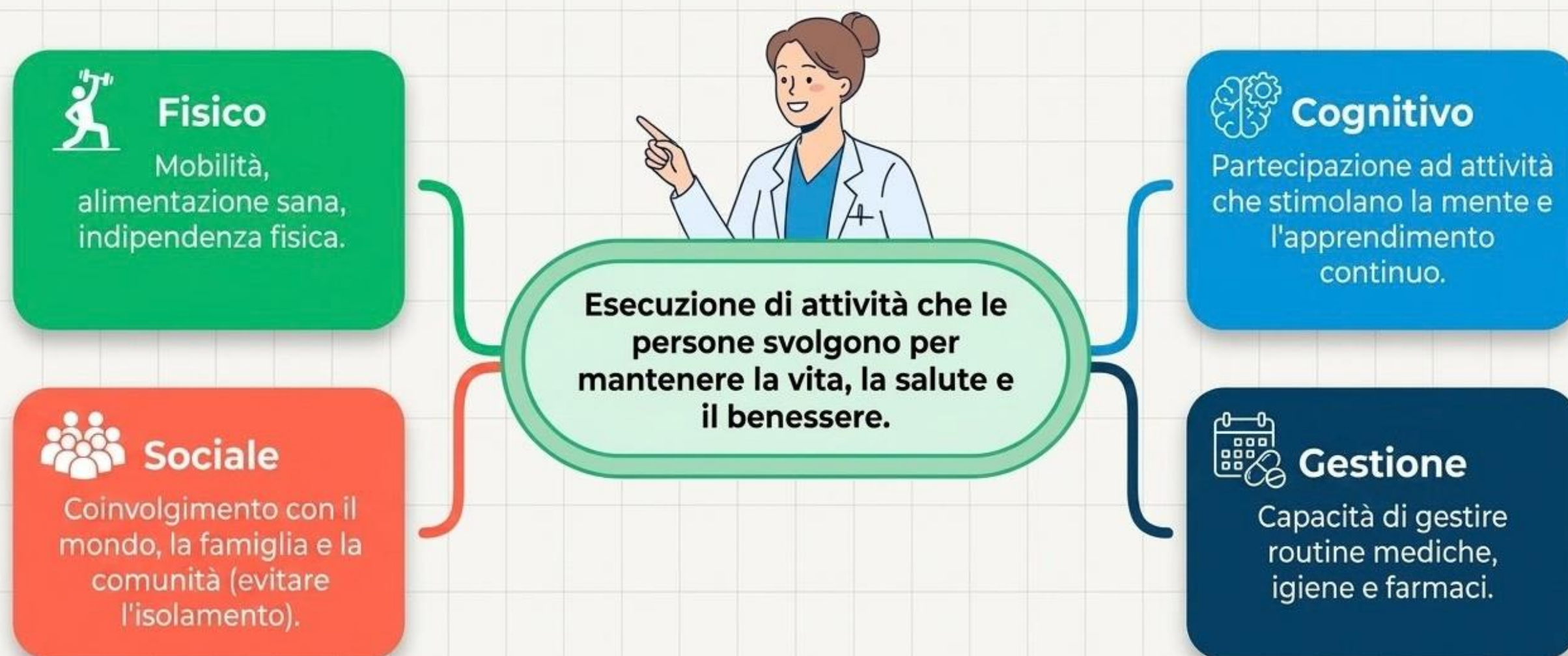
Il Paradigma mHealth: Colmare la Lacuna



Nell'Assistenza Primaria, il lungo intervallo tra le visite indebolisce l'aderenza terapeutica. La **tecnologia mHealth** (salute mobile) funge da continuità virtuale della cura, offrendo:

1. Ripetizione spaziata dei contenuti.
2. Presenza continua e simbolica dell'équipe infermieristica.
3. Supporto quando e dove il paziente ne ha bisogno (Paiva et al., 2020).

L'Autocura è Multidimensionale



ODS 3 & Obiettivo 8

Garantire una vita sana e promuovere il benessere per tutti, a tutte le età.
Raggiungere la copertura sanitaria universale.



OMS: Classificazione degli Interventi di Salute Digitale

Categorizza i diversi modi in cui le tecnologie digitali supportano il sistema sanitario.



mHealth (Salute Mobile)

L'iniziativa sostiene l'espansione della tecnologia mHealth per combattere le Malattie Croniche Non Trasmissibili (MCNT) e supportare l'invecchiamento in salute.

La tecnologia mobile offre un mezzo per aumentare la portata e fornire contenuti quando e dove le persone ne hanno bisogno. (Paiva et al., 2020)

La Risposta Metodologica: Progetto



Educazione

Alfabetizzazione sanitaria e traduzione delle linee guida cliniche.



Gestione

Autogestione della routine e del trattamento.



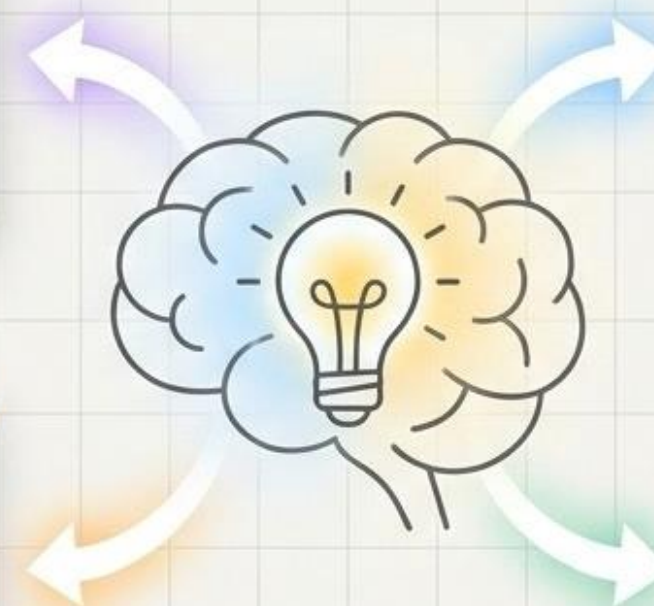
Interattività

Il catalizzatore digitale che unisce i pilastri attraverso il coinvolgimento.



Salute

Focus clinico sulla prevenzione e gestione delle malattie croniche.



La tecnologia non sostituisce la cura umana; essa potenzia la costruzione della conoscenza attraverso un design contestualizzato.

 Gemini Notebook

Mito



L'anziano è avverso
alla tecnologia
digitale.

Realtà

**Un sondaggio indica che il 97% degli
anziani brasiliani accede a Internet.**

Empowerment

Apprendimento
Continuo



Scopo

Connettività
Familiare

La tecnologia mobile viene adottata principalmente per mantenere i contatti con figli e nipoti, creando un canale di alta fiducia e coinvolgimento che può essere sfruttato per la salute.

Gerontechnologia: L'Anatomia del Design Inclusivo

1. Tipografia

Font ingranditi ($\geq 14\text{pt}$) per compensare le perdite visive e facilitare la lettura.

2. Contrasto

Alto contrasto (sfondo scuro con testo chiaro o viceversa) per una leggibilità immediata.

3. Architettura

Navigazione semplificata con riduzione di percorsi alternativi (senza labirinti).

4. Interazione

Linguaggio chiaro e inequivocabile, con pulsanti grandi e riduzione della sensibilità al tocco.

L'efficacia della tecnologia digitale non è automatica; dipende dal suo adattamento alle capacità sensoriali e cognitive dell'anziano.

ESEMPIO: ALTRI CASI

Tecnologie sviluppate per diverse esigenze di salute delle persone anziane, con particolare attenzione all'autonomia, alla qualità della vita e alle evidenze scientifiche.

BEM LEMBRADO

Gestione sicura dei farmaci per le persone anziane.

-  Controllo dei farmaci
-  Promemoria per orari e dosaggi
-  Maggiore aderenza e sicurezza



VIVA BEM

Supporto all'autocura e alla gestione del diabete di tipo 2 nelle persone anziane.

-  Controllo della glicemia
-  Educazione e abitudini salutari
-  Evidenze di efficacia



Mais Equilíbrio

Esercizi fisici guidati per l'equilibrio, la forza e la prevenzione delle cadute.

-  Equilibrio e forza muscolare
-  Mobilità e funzionalità
-  Maggiore indipendenza e qualità della vita



 Innovazione nella salute per un invecchiamento più sano, attivo e indipendente.

 Basati sulle evidenze

 Sviluppati in Brasile

 Incentrati sulla persona anziana

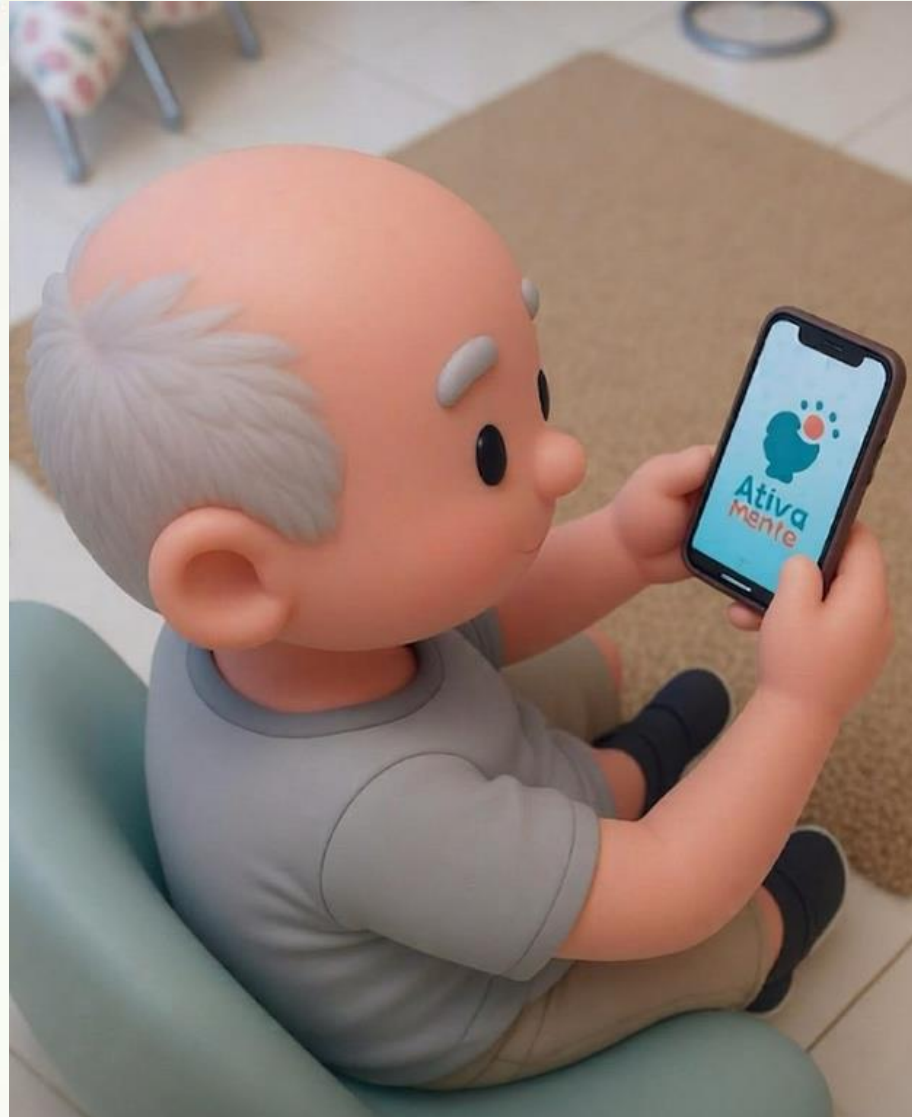
L'Architettura del Contenuto Educativo



Tutto il contenuto è stato basato sulla migliore scienza nazionale (SBD, Ministero della Salute).



AtivaMente



AtivaMente: Integrazione Cognitiva e Fisica

Sviluppo multidisciplinare (infermieri, nutrizionisti, educatori fisici). Interfaccia semplificata per alternare tra funzioni cruciali.



Giochi di memoria e agilità mentale



Monitoraggio e promemoria alimentare

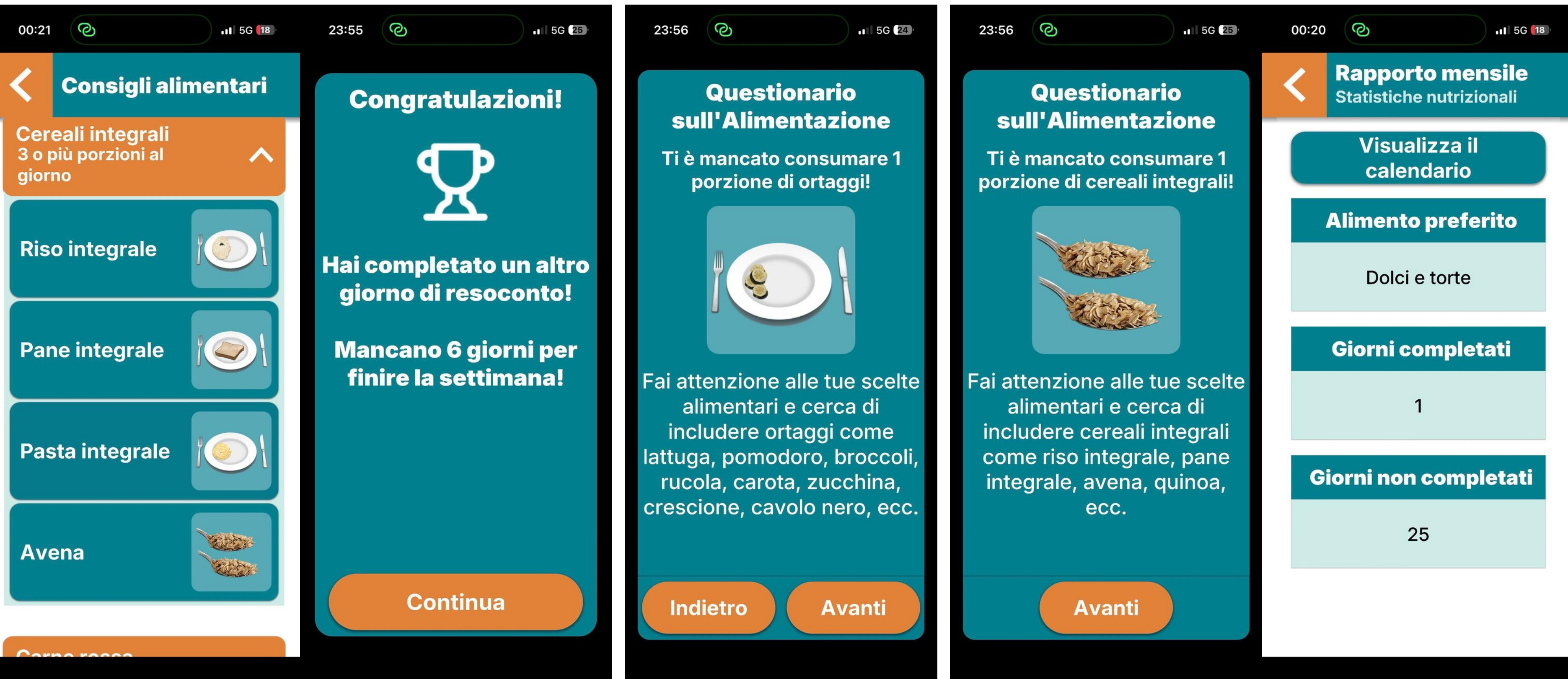


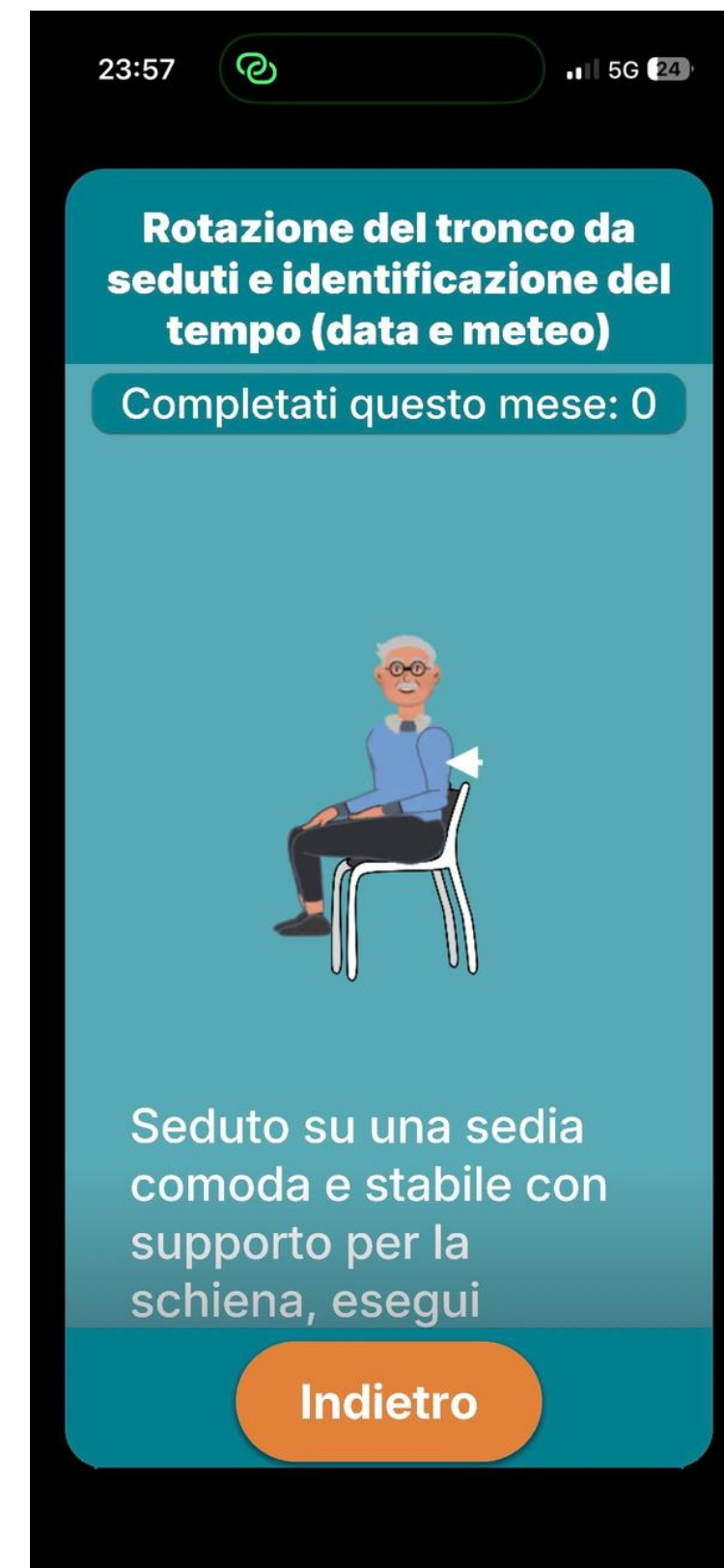
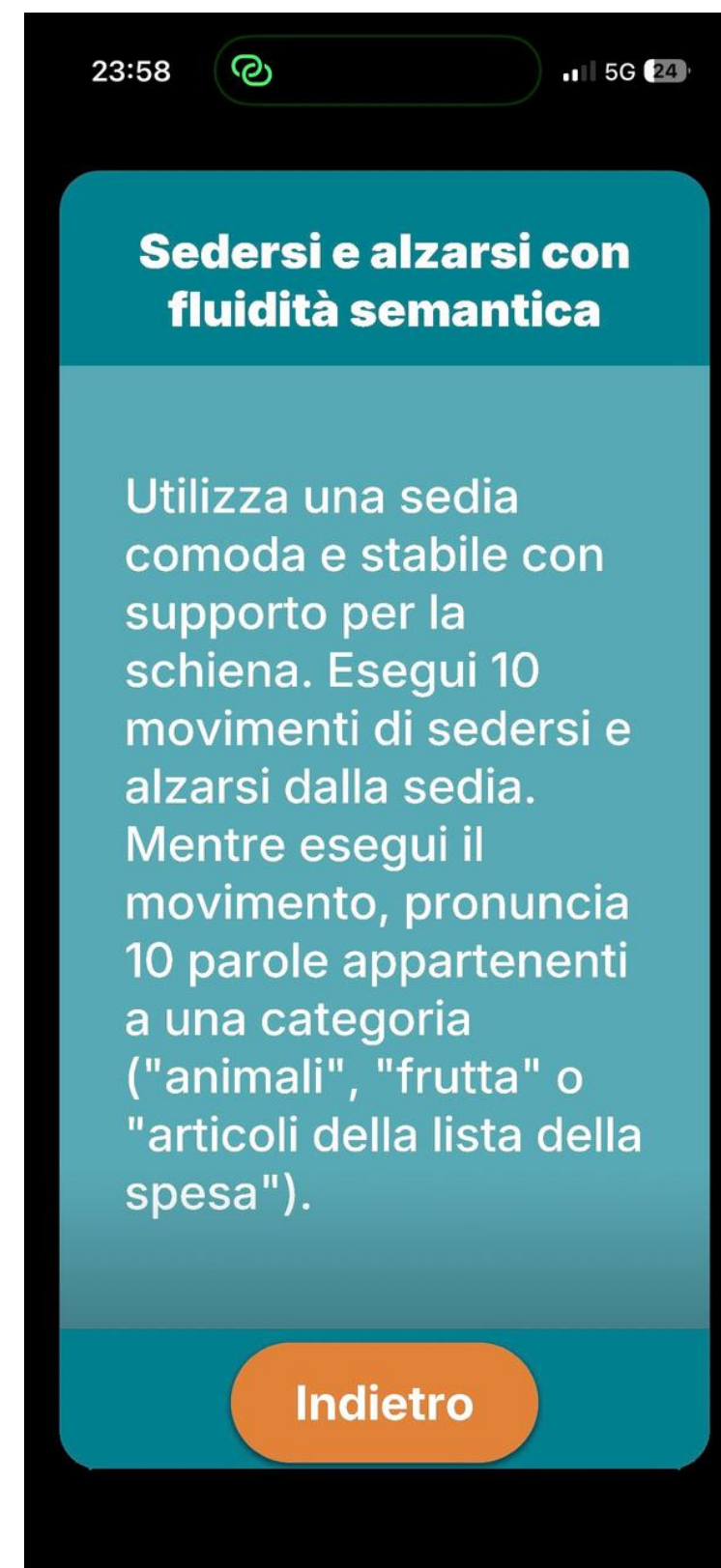
Routine di esercizi fisici



Promemoria dei farmaci









Abbiamo tradotto l'app in italiano e saremmo lieti di ricevere la vostra collaborazione per la validazione della traduzione.

In futuro, se interessati, intendiamo adattare e validare l'app per un pubblico interculturale.

Siamo aperti a collaborazioni.

Cliccate sul codice QR per inserire il vostro indirizzo email e il tipo di telefono, in modo da potervi inviare un invito se siete interessati



L'Ecosistema mHealth per gli Anziani

 Soluzione (App)	 Pilastro di Cura	 Funzionalità Chiave	 Focus Terapeutico
AtivaMente	Cognitivo & Nutrizionale	Giochi di memoria, routine, farmaci 	Prevenzione del declino cognitivo. 
+Equilíbrio	Fisico	Esercizi guidati a domicilio 	Forza muscolare e prevenzione delle cadute. 
Bem Lembrado	Gestione della Salute	Notifiche, controllo PA, ricette 	Aderenza ai farmaci e alla routine.
Viva Bem / WhatsApp	Monitoraggio Continuo	Chat con immagini e testo educativo 	Supporto per MCNT (Diabete Mellito). 

Versione de prova

Disponivel free na Apple Store e Google Play

Versione free para Android



Versione free para Android





“ La tecnologia non sostituisce la cura umana; la estende. Il futuro dell'invecchiamento sano risiede in strumenti a basso costo che portano l'assistenza infermieristica nella routine quotidiana della persona anziana. ”

Equità Digitale

La tecnologia smette di essere una barriera e si trasforma in un ponte per la sicurezza, l'autonomia e la dignità. L'implementazione richiede però di valutare le vulnerabilità (visione, destrezza) prima di prescrivere l'intervento digitale.

Sviluppato a partire dagli studi del gruppo GPeSEn / Projeto GENIOS.

Gracie

Contato: silvanasf@unb.br

JMIR AGING

Leite et al

Original Paper

Home-Based Exercise and Fall Prevention in Older Adults: Development, Validation and Usability of the *Mais Equilíbrio* Mobile App

Mateus Medeiros Leite^{1,2*}, MSc; Alessandro de Oliveira Silva^{1*}, PhD; Silvana Schwerz Funghetto^{2,3*}, PhD; Luciano Ramos de Lima^{3*}, PhD; Samuel Barbosa Mezavila Abdelmur^{2*}, Spec; Hudson Azevedo Pinheiro^{4*}, PhD; Calliandra Maria de Souza Silva^{2*}, PhD; Maurílio Tiradentes Dutra^{5*}, PhD; Marina Morato Stival^{2,3*}, PhD

¹Physical Education Department, University Center of Brasilia - UniCEUB, University Center of Brasília, Brasília, Brazil

²Graduate Program in Health Sciences and Technologies, Faculty of Ceilândia, Universidade de Brasília, Brasília, Brazil

³Nursing Course, Faculty of Ceilândia, Universidade de Brasília, Brasília, Brazil

⁴Health Department of the Federal District, Governo do Distrito Federal, Brasília, Brazil

⁵Federal Institute of Education, Science and Technology of Brasília, Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Brasília, Brasília, Brazil

*all authors contributed equally



Abstract

Development and Validation of a Printed Educational Material to Promote Medication Adherence Among Elderly with Hypertension: A Methodological Study [†]

Silvana Schwerz Funghetto, Alayne Laryssa Martins Pereira ^{*}, Marina Morato Stival , Giovana Alcântara, Izabel Rodrigues da Silva , Luciano Ramos de Lima, Margô Gomes de Oliveira Karnikowski , Aline Farias Oliveira , Yuri Gustavo de Sousa Barbalho  and Raíza Rana de Souza Lima Trombini 



International Journal of
*Environmental Research
and Public Health*



Article

Connecting Health and Technology: Validation of Instant Messaging for Use as Diabetes Mellitus Control Strategy in Older Brazilian Adults

Manoela Vieira Gomes da Costa ^{1,*}, Renata Puppim Zandonadi ², Verônica Cortez Ginani ², Silvana Schwerz Funghetto ¹, Luciano Ramos de Lima ³, Tania Cristina Moraes Santa Barbara Rehem ³ and Marina Morato Stival ^{1,*}



nutrients



Study Protocol

Evaluation of the Effect of a Mobile Application on Glycated Hemoglobin in Older Adults with Type 2 Diabetes Mellitus—Protocol of a Randomized Clinical Trial

Raíza Rana de Souza Lima Trombini ^{1,*}, Rafaella Dusi ², Alayne Larissa Martins Pereira ¹, Renata Puppim Zandonadi ^{2,*}, Marina Morato Stival ¹, Verônica Cortez Ginani ² and Silvana Schwerz Funghetto ¹