

PROGETTO VITA NOVA: UN SERVIZIO ADATTIVO PER RIDURRE IL RISCHIO CARDIOVASCOLARE E METABOLICO NELLE DONNE IN PRE-MENOPAUSA E MENOPAUSA

Obiettivo: Il progetto Vita Nova è finalizzato alla realizzazione di un prototipo di una applicazione adattiva per le donne in pre-menopausa/menopausa, che aumenti la loro consapevolezza sulla condizione che stanno vivendo e sulle conseguenze di eventuali comportamenti non sani al fine di ridurre il rischio cardiovascolare e metabolico.

Metodi: Una soluzione basata sul framework di interventi adattivi “just-in-time” (JITAI) è recentemente emersa come una soluzione innovativa nella progettazione di app per smartphone per promuovere cambiamenti comportamentali legati alla salute. JITAI si concentra su quattro componenti: punti decisionali (quando), opzioni di intervento (cosa), variabili di adattamento (chi) e regole decisionali (come). Le regole decisionali potrebbero essere definite da esperti, ricavate automaticamente da grandi serie di record storici o da entrambi.

Risultati: È stata definita una serie iniziale di 75 variabili di personalizzazione, 49 appartengono a caratteristiche cliniche (inizio della menopausa, fumo, attività fisica, abitudini alimentari, sintomi), 16 variabili socio-economiche (stato civile, livello di reddito, stato occupazionale) e 10 di ambito psicologico (meccanismi di imitazione, desiderio di cambiamento). Abbiamo sviluppato con successo principi di sistemi persuasivi e interventi adattivi just-in-time creando più raccomandazioni.

Conclusioni: Vita Nova è un'app adattabile e personalizzata con contenuti informativi ed educativi sui temi della salute, con il fine di promuovere un cambiamento comportamentale migliorativo. Il progetto è attualmente in avanzato stato di sviluppo al fine di fornire consigli personalizzati e adattivi all'utente attraverso un virtual coach. Il principale obiettivo futuro del servizio sarà ridurre il rischio cardiovascolare tipicamente più elevato nella transizione menopausale.