

# Realtà virtuale per gestire l'ansia negli anziani: lo studio FBK evidenzia promettenti risultati

3 Maggio 2023

**L'esposizione di persone con compromissione cognitiva e fisica a scenari immersivi realistici e naturali in realtà virtuale tramite visore è sicura e ha un impatto sulla promozione dello stato di rilassamento e di emozioni positive.**

È questo il quadro generale emerso dall'indagine condotta dalla ricercatrice **Susanna Pardini**, dell'Università di Padova e dottoranda presso il centro [Digital Health and Wellbeing](#) della **Fondazione Bruno Kessler**, che titola ***"Utilizzo di ambienti personalizzati virtuali in persone con deterioramento cognitivo"***. Lo studio ha coinvolto, tra gennaio e febbraio di quest'anno, 23 anziani (di cui 19 donne), con un'età media di 86,6 anni, residenti nella **APSP "Margherita Grazioli"** di Povo (TN).

"I nostri anziani sono una risorsa preziosa che non va trascurata e di loro dobbiamo prenderci sempre più cura. Il periodo di pandemia Covid ci ha insegnato che la tecnologia ci aiuta a farlo, e può essere di supporto alle famiglie e ai nostri professionisti sanitari. Queste iniziative di ricerca vanno supportate e accompagnate con fiducia perché la nostra provincia diventi, grazie anche a [TrentinoSalute4.0](#), laboratorio di sperimentazione di soluzioni innovative che ci permettano di anticipare le sfide dell'invecchiamento che dovremo affrontare nei prossimi anni", questo il commento dell'assessore provinciale alla salute, politiche sociali, disabilità e famiglia, **Stefania Segnana**.

"Abbiamo voluto indagare" – ha spiegato Pardini – "se far provare la **realtà virtuale agli anziani** potesse causare effetti avversi associabili all'utilizzo del visore. Ma non solo: volevamo verificare se questa procedura sperimentale potesse meritare successive indagini più rigorose, in termini di valutazione dell'**efficacia clinica e statistica**".



Gli esperti dicono che stare in contesti naturali incrementa la percezione di emozioni positive e ha un'influenza sulla riduzione di paura, ansia, rabbia e tristezza. Ma i residenti nelle case di riposo spesso non hanno la possibilità di vivere esperienze ricreative e piacevoli all'aria aperta. Spesso, a causa dell'età avanzata, della compromissione fisica e cognitiva che comporta una riduzione della capacità motoria, e il timore di cadere o di farsi male muovendosi nell'ambiente, impedisce che gli anziani siano trasportati fuori dalle strutture sanitarie dove sono curati e protetti.

C'è un modo però, oggetto dello studio appena concluso alla APSP "Margherita Grazioli" di Povo, a Trento, per dare la possibilità a queste persone di immergersi in un ambiente "naturale", senza dover per forza uscire. Si tratta della realtà virtuale che, secondo gli studiosi, grazie al potere immersivo che la caratterizza, sembra avere un effetto positivo e rilassante.

Per capire se la soluzione virtuale fosse una buona idea per la gestione dell'ansia e quale fosse il grado di coinvolgimento degli anziani durante l'esposizione, i ricercatori, grazie a PC dotati di potenti schede grafiche e una piattaforma software dedicata, hanno sviluppato, nei **laboratori di FBK, ambienti virtuali 3D rilassanti e personalizzabili** impreziositi di suoni e di dettagli grafici. Gli anziani, accuratamente selezionati dagli operatori, hanno potuto scegliere come e dove vivere l'esperienza 3D: in un contesto montano, di campagna o al mare; personalizzare i colori dell'acqua del fiume o di un lago; se vedere il tramonto, l'alba, aggiungere al paesaggio le nuvole, la pioggia, la neve, o il prato con animali, fiori, piante, alberi; osservare corsi d'acqua, o cascate; o ancora se ascoltare una melodia classica o la musica leggera e aggiungere il suono della pioggia, del vento, il canto degli uccelli.

"Il nostro studio" – afferma Pardini – "ha dato **risultati soddisfacenti**, e conferma quanto messo in rilievo da ricerche precedenti. L'esperienza con la realtà virtuale è stata complessivamente ben tollerata dai partecipanti, che non hanno manifestato o riferito effetti collaterali moderati o gravi in relazione all'uso del visore (come nausea, vertigini o confusione). Inoltre, i partecipanti hanno espresso verbalmente, o manifestato con un comportamento non verbale, uno stato generale di interesse, consapevolezza, impegno e piacevolezza durante l'esposizione virtuale, mostrando di aver apprezzato l'esperienza".



Quanto emerso dal feedback fornito dai partecipanti ha permesso di constatare che l'esposizione a un ambiente virtuale realistico, naturale e soprattutto personalizzato, adattato alle preferenze e alle esigenze degli utenti, ha suscitato reazioni come la reminiscenza di ricordi malinconici, l'apprezzamento estetico di ciò che stavano vedendo, il senso di sicurezza e protezione in un contesto apprezzato. "È stato interessante notare che" – sottolinea Pardini – "i partecipanti hanno anche provato sentimenti di autorealizzazione e il desiderio di "essere utili" fornendo opinioni e suggerimenti agli sperimentatori su come migliorare gli scenari virtuali. In sintesi, abbiamo riscontrato che lo stato di **rilassamento degli anziani è aumentato**, e si è ridotta l'ansia e la preoccupazione dopo l'uso della realtà virtuale. Questi risultati" – conclude la ricercatrice di FBK – "sostengono l'ipotesi che la RV possa servire come esperienza utile per gestire o ridurre lo stato di stress e rappresentano una strada promettente per ridurre l'isolamento e incrementare il coinvolgimento in attività ricreative e utili per il benessere indirizzate a diversi tipi di popolazione".

"Questo tipo di intervento" – spiega **Oscar Mayora**, responsabile dell'Unità di ricerca [Digital Health Research \(dHRes\)](#) di FBK, nell'ambito della quale si è svolto lo studio – "potrebbe in futuro diventare una **terapia digitale**. In FBK stiamo esplorando la potenzialità della VR in sanità, e anche in altri contesti, per supportare varie condizioni, come le terapie del dolore, dell'autismo, dove abbiamo già avviato alcuni progetti specifici".

"È stata un'esperienza entusiasmante che ci ha coinvolto molto sia come azienda, ma anche sul fronte familiari e degli operatori della struttura. Abbiamo colto questa opportunità con grande favore perché ci ha consentito di partecipare ad un processo innovativo di ricerca così importante. Ringraziamo FBK e TS4.0 per aver avuto fiducia nella nostra organizzazione e averci accompagnato in questo percorso strategico. Ci auguriamo di poter proseguire la collaborazione nei prossimi studi di fattibilità e di poter coinvolgere un più ampio numero di persone in contesti di realtà virtuale più familiari" – ha raccontato Patty Rigatti, direttrice della APSP "Margherita Grazioli".

L'articolo riportante i risultati completi di questo studio è stato recentemente **sottoposto** alla rivista **Scientific Report di Nature** e, in attesa di riscontro, il gruppo di ricerca sta strutturando protocolli di indagine per approfondire ulteriormente l'impiego della realtà virtuale con persone con deterioramento cognitivo.

**Videointerviste:**

- [Intervista video a Susanna Pardini](#) (Uni PD – FBK)
- [Intervista video a Oscar Mayora](#) (FBK)
- [Intervista video a Patty Rigatti](#) (Apsp M. Grazioli – Povo)

Comunicato stampa su [trentinosalutedigitale](#)

#### LINK

<https://magazine.fbk.eu/it/news/realta-virtuale-per-gestire-lansia-negli-anziani-lo-studio-fbk-evidenzia-promettenti-risultati/>

#### TAG

- #dhres
- #realtà virtuale
- #terapia digitale
- #trentinosalute4.0
- #VR

#### AUTORI

- Marzia Lucianer