

## **BANDA LARGA: NUOVI SERVIZI A PORTATA DI ANZIANO**

L'esplosione delle tecnologie ha portato profondi cambiamenti catapultandoci in un mondo che ci costringe a pensare in modo diverso arricchiti da un "vecchio cuore innovativo" che deve rimanere funzionale alle esigenze garantendo risposte.

Lo sviluppo è innovazione e l'innovazione è soprattutto servizi.

“Un bel giorno tutti viaggeremo in banda larga, come tutti oggi viaggiamo in autostrada”. Perché la banda larga offre un servizio più rapido e sicuro, proprio come un'autostrada è più rapida e sicura di una strada statale o provinciale. Ed ancora, la capacità di connettere grandi quantità di dati, immagini e suoni consentirà di realizzare tanti nuovi servizi per gli utenti, proprio come l'aumento della velocità e comodità di spostamento ha dato il via alla produzione industriale di tante automobili. Lo sviluppo, insomma, viaggia in banda larga, la banda larga è il vero motore dello sviluppo.

E in banda larga viaggia anche un nuovo percorso di assistenza, che promette di migliorare la qualità della vita della popolazione anziana. In questa prospettiva, le nuove tecnologie rivelano la loro straordinaria importanza quali strumenti per l'autonomia, per ridurre e compensare la perdita di abilità e per migliorare le prestazioni personali, per evitare l'isolamento e offrire potenzialità fino ad ora impensate.

### **Telemedicina**

In questo contesto riveste un ruolo fondamentale la **telemedicina** che per la sua tempestività e comodità e per il risparmio di tempo e di denaro che consente si rivela particolarmente utile per la popolazione anziana. Nata negli anni '60, la telemedicina ha conosciuto negli ultimi anni una straordinaria accelerazione, rivelando sempre più numerosi campi e settori di applicazione. Secondo la definizione concordata a livello Cee da una Commissione di esperti,

la telemedicina è “l’integrazione, monitoraggio e gestione dei pazienti, nonché l’educazione dei pazienti e del personale, usando sistemi che consentano un pronto accesso alla consulenza di esperti ed alle informazioni del paziente, indipendentemente da dove il paziente o le informazioni risiedano”. Tra le branche della medicina che si avvalgono di questo strumento e che presentano un particolare valore per gli anziani vi è senz’altro la cardiologia. Con riferimento alle patologie cardiache, particolarmente diffuse nella terza età, la telemedicina offre la possibilità di fornire un servizio innovativo e di qualità attraverso il tele-monitoraggio a distanza delle analisi fornite dalle apparecchiature elettromedicali che si occupano di misurare i dati vitali dei pazienti affetti da queste patologie, con la possibilità di intervento immediato in caso di emergenza. In questo modo, dunque, a spostarsi sono le informazioni e non il paziente, con un conseguente significativo contenimento dei disagi (le difficoltà a compiere spostamenti, la necessità di accompagnamento e i tempi di attesa per l’esecuzione dell’esame).

Nello scenario di un progressivo sviluppo della prevenzione attiva nelle aree patologiche a maggior impatto, a partire dagli anziani, si colloca l’iniziativa “Sanità Elettronica” proposta dal ministro della Salute, Girolamo Sirchia, ed approvata nel marzo 2004 dal Comitato dei Ministri per la Società dell’Informazione, presieduto dal ministro per l’Innovazione e le Tecnologie. Nelle parole di Sirchia, con questa iniziativa “si dispone l’avvio di un articolato utilizzo delle tecnologie dell’informazione e della comunicazione per la realizzazione di un sistema di prenotazioni on-line multicanale (telefono, Web, Tv digitale); l’implementazione della cartella clinica elettronica in tutti gli ospedali e la realizzazione della storia sanitaria elettronica di ogni paziente, in modo da rendere più moderno ed efficiente il servizio sanitario nazionale”. Con l’obiettivo - precisa il ministro – “di innalzare i livelli essenziali di assistenza e prevenzione, incrementare la qualità dei servizi, offrire ai cittadini migliori trattamenti sanitari

a costi minori, ridurre i tempi di attesa e, non ultimo, conseguire rilevanti risparmi nella spesa”.

### **Telelavoro**

Dalla tecnologia nella cura della propria salute alla tecnologia applicata al lavoro, ancora una volta nella prospettiva di un miglioramento della qualità della vita. Stiamo parlando del **telelavoro**, termine con cui si intende “qualsiasi attività alternativa di lavoro che faccia uso delle tecnologie della comunicazione non richiedendo la presenza del lavoratore nell'ambiente tradizionale dell'ufficio” (Martin Bangemann, Commissario Europeo). Numerosi i vantaggi e le opportunità offerte: in particolare, gli analisti sottolineano l'importanza del telelavoro quale strumento che progressivamente “renderà libere molte persone dalla schiavitù dei trasporti e diminuirà il traffico nelle nostre città, poiché è sufficiente un computer, un modem e una linea telefonica”. Con il telelavoro si possono svolgere le proprie mansioni pressoché ovunque. Addio, dunque, agli spostamenti faticosi e largo a modi e tempi di lavoro più coerenti con quelli del resto della propria vita. Sono evidenti, in una simile prospettiva, i vantaggi di cui possono beneficiare i lavoratori non più giovanissimi. Più tempo per stare a casa, più tempo da dedicare alla famiglia e alle proprie passioni. Dal telelavoro, dunque, benefici che si riflettono sul complesso della propria vita quotidiana, ma anche più specificatamente sulla professionalità. Se applicato nella maniera giusta, infatti, questo nuovo modo di lavorare consente incrementi di produttività e incoraggia stili di lavoro più indipendenti. E, nel caso specifico della popolazione anziana, può essere l'occasione per cimentarsi in nuove attività, soprattutto nel caso di chi - pur essendo andato in pensione - non è del tutto convinto di voler appendere il cappello al chiodo.

### **E-learning**

Nuove opportunità per la popolazione anziana anche sul fronte della formazione e della conoscenza grazie all'**e-learning** ovvero "l'apprendimento che è supportato dalle tecnologie dell'informazione e della comunicazione". L'e-learning inteso come alfabetizzazione digitale - ovvero l'acquisizione di competenze tecnologiche, fondamentale e prioritaria nella popolazione anziana - e come metodologia di formazione "che può comprendere anche formati multipli e metodologie ibride, in particolare, l'uso di software, internet, Cd-rom, apprendimento on line o qualsiasi altro medium elettronico o interattivo" (Cedefop, E-learning and training in Europe. A survey into the use of e-learning in training and professional development in the European Union, Lussemburgo). L'e-learning, dunque, come strumento di formazione e soprattutto come strumento di formazione permanente, strategico contesto di apprendimento a disposizione del soggetto maturo, che ne consente l'integrazione e la partecipazione attiva alla società della conoscenza. Uno strumento apprezzato e tenuto in alta considerazione.

### **Tv on demand**

Servizi innovativi e larga banda: con riferimento al tempo libero, nel percorso che si profila balza in primo piano la **tv on demand** ovvero la possibilità, dal proprio televisore, di decidere cosa vedere in qualsiasi momento, senza più vincoli di palinsesto e di orario, perché la tv on demand è un servizio sempre disponibile. L'utente ha grandi possibilità di scelta tra i programmi, arrivando fino al punto di crearsi un palinsesto personalizzato, calibrato sulle proprie esigenze e sui propri gusti. E così gli anziani, tramite una interfaccia amichevole ed intuitiva, potranno finalmente scegliere tutti i programmi a cui sono maggiormente interessati. E potranno farlo nell'ambito di un'offerta di gran lunga più ricca e variegata rispetto a quella della vecchia tv. E, a decidere quando vedere quel programma e proprio quello, saranno soltanto i telespettatori, perché la tv on demand non impone alcun orario. Non sarà più

necessario, dunque, spostare un appuntamento o rimandare la visita ad un amico per non perdere il quiz o la fiction a cui ci si è appassionati, perché il quiz e la fiction “possono attendere”. E si possono vedere e rivedere ogni volta che se ne ha voglia, magari al mattino presto, quando gli anziani sono svegli e pimpanti mentre tutti in famiglia dormono e la tv generalista non trasmette nulla di interessante.

### **Domotica**

L'innovazione che le tecnologie della banda larga e dei nuovi servizi ad essa connessi portano nella nostra vita e nelle nostre case costituisce una perfetta base di sviluppo per l'offerta domotica. Domotica è un neologismo che deriva dal francese "domotique", a sua volta contrazione della parola latina "domus" (casa, o dal greco "domos", con lo stesso significato) e di "informatique" (informatica). La domotica è, in sostanza, l'integrazione dei dispositivi elettronici, dei sistemi di comunicazione e di controllo che si trovano nelle nostre abitazioni con tecniche di installazione poco intrusive, funzioni sempre più flessibili e di semplice utilizzo. Grazie a questa disciplina si rende possibile la creazione di una casa intelligente, e al servizio dei suoi ospiti. Qualche esempio: nella casa domotica, con un semplice telecomando si possono chiudere le persiane in caso di pioggia, si può accendere la caldaia quando comincia a far freddo, azionare l'impianto dell'aria condizionata quando sentiamo caldo. Quella domotica è una casa all'insegna del comfort, comoda per tutta la famiglia, ideale per gli anziani a cui offre “piccole” comodità e “grandi” vantaggi. Quelle che seguono sono alcune soluzioni tecnologiche che permettono di organizzare un'abitazione a misura di anziano: le tapparelle automatiche: l'applicazione di un motorino alle tapparelle delle finestre consente di alzarle e abbassarle tenendo premuto un pulsante; il montascale elettrico: è una pedana o una poltrona fissata alla rampa delle scale che permette di salire e di scendere stando seduti; il sollevatore per la vasca da bagno: è un seggiolino posto all'interno della vasca che

con un telecomando si alza e si abbassa; il letto elettrico: è un letto con le sponde a scomparsa, senza gli spigoli e dotato di un motore che permette di regolarne l'altezza con un pulsante; il videocitofono: consente di rispondere al citofono e di vedere con chi si sta parlando; può essere installato in tutte le stanze e permette di aprire la porta di casa senza scomodarsi; i comandi vocali: basta usare la voce per attivare tutte le apparecchiature elettriche ed elettroniche che sono in casa.

### **Internet**

Nello scenario di sviluppo tecnologico disegnato dalla diffusione della banda larga, accanto alle applicazioni di cui si è detto sino ad ora si colloca la diffusione dell'internet always on ovvero l'accesso alla rete a velocità enormemente più elevata di quella consentita dai modem tradizionali. Internet veloce, internet velocissimo, internet capace di garantire una offerta di interattività sempre più sofisticata e servizi innovativi. Internet a banda larga, ovvero il futuro di internet. Un futuro che nasce dall'oggi, dal numero inarrestabilmente crescente di navigatori... tra i quali via via si stanno facendo strada anche i nonni. Un fenomeno, quello dei nonni in internet, i cui tempi non sono sicuramente quelli velocissimi della banda larga, ma che pure continua ad evolversi, inarrestabilmente. Un fenomeno che è nato in America, ma che ha contagiato in tempi relativamente rapidi anche l'Europa e l'Italia.

### **I principali ostacoli all'utilizzo di internet negli anziani**

Mancanza di motivazione o di conoscenza: 8 su 10 anziani off-line pensano che non navigheranno mai, non conoscono nessuno che usi la mail o internet.

Mancanza di esperienza: molti erano già in pensione quando vennero introdotti i computer.

Problemi di vista o impedimenti fisici:

- solo 4 disabili su 10 hanno accesso ad internet contro un tasso di 6 su 10 per la popolazione generale;
- i siti web standard sono due volte più difficili per gli anziani che per i navigatori tra 18 e 55 anni;
- gli anziani compiono circa 5 errori per ogni compito assegnato sul computer, mentre i giovani compiono in media 1 errore.

## **PERCHÉ PER UN ANZIANO È UTILE USARE INTERNET**

Internet non permette certo di ringiovanire. Eppure, con i suoi infiniti “rivoli”, apre una serie di straordinarie possibilità alla popolazione anziana. Tutto questo con un vantaggio in più per questa fascia di popolazione, un “lusso” che i giovani e gli adulti non hanno: il tempo, fondamentale per navigare nel mare infinito di internet.

In primo luogo al web spetta il merito di creare una “nuova alleanza tra le età”. Per la prima volta, infatti, l’uso del computer e di internet sale dal basso dell’età piuttosto che scendere dall’alto: “non è l’anziano che insegna ai giovani come si usano certi aratri o certe trebbiatrici, ma è il giovane o il bambino che spiega al padre o al nonno, come si usa le nuove tecnologie”. Abbandonata l’attenzione dal lavoro e dalla produzione, gli anziani trovano nel web un nuovo luogo di socializzazione: internet apre agli anziani nuovi orizzonti di interazione e si configura come un fondamentale antidoto alla solitudine. Si pensi alle chat e ai forum e, in generale, alle sempre più numerose comunità che si fanno strada nella rete: in esse nascono e si intrecciano nuovi rapporti, rapporti tra persone lontane e soprattutto rapporti tra persone che in molti casi hanno un’età molto diversa. In questo modo internet consente, ancora una volta,

un nuovo dialogo tra le generazioni abbattendo le barriere comunicative legate all'età e configurandosi sempre più come terreno ideale di un nuovo gioco, il “gioco della non-età”.

Internet, si direbbe, fa bene alla salute. E gli anziani ne sono entusiasti. La conferma arriva da una ricerca realizzata dall'Università Milano-Bicocca su un campione rappresentativo degli ottomila ultrasessantenni partecipanti al corso di alfabetizzazione informatica realizzato a Milano dall'Associazione Interessi Metropolitan. Lo studio fotografa un ultrasessantenne curioso ed entusiasta di aver trovato finalmente un antidoto alla solitudine. “Oltre il 60% degli intervistati – riferisce il responsabile della ricerca, il sociologo Guido Martinetti - ritiene di aver migliorato la propria vita: si tratta di persone che, avendo molto tempo a disposizione, preferiscono arricchirsi e usare le straordinarie opportunità offerte dalla tecnologia invece di subire passivamente i messaggi televisivi, appropriandosi di nuove conoscenze, facendo amicizie, o anche solo appagando delle curiosità”.

Uno studio condotto dal Centro Italiano Sviluppo Psicologia di Roma ha così sintetizzato i vantaggi per la terza età derivanti dall'uso di internet.

- il web stimola funzioni cognitive quali percezione, attenzione, tempi di reazione, memoria e ragionamento combattendo il decadimento dell'efficienza psichica globale;
- il web mantiene attiva la curiosità intellettuale dell'anziano;
- il web permette agli ultrasessantenni di restare al passo con l'avanzare della società, conservando una maggiore autonomia;
- tramite le chat e le altre attività di telecomunicazione web può aumentare i contatti sociali e assicurare informazioni fresche; si possono formare nuove amicizie, creare relazioni, contattare i membri della famiglia. Per i pensionati vengono alla ribalta opportunità di condividere le loro conoscenze e abilità con altri, nonché nuove



opportunità lavorative;

- come dimostrano gli studi condotti presso l'Università dell'Oklahoma (Seniornet.org), attraverso forum on-line è possibile realizzare e mantenere relazioni di aiuto e sostegno per gli individui che hanno una rete di relazioni sociali limitate a causa di perdita di mobilità o per altri fattori. Le relazioni on-line possono essere un sostituto adeguato o un importante arricchimento delle relazioni faccia a faccia;
- benché non necessariamente le relazioni on-line vengano usate per risolvere problemi, è invece significativo l'apporto che danno nella gestione dello stress e nel migliorare l'umore.

(a cura di S.C. by Intrage)