

## Dipartimento di Medicina Molecolare

*Progetto di Terza missione – anno 2023*

# Invecchiare bene: istruzioni per l'uso

### ABSTRACT DEL PROGETTO

#### **Background**

Nell'ultimo secolo si è verificato uno straordinario allungamento dell'attesa di vita media. Oggi, in Italia, gli over 65 rappresentano il 24% della popolazione, e si prevede che entro il 2050 tale percentuale arriverà al 35%. Questo scenario presenta sfide e opportunità. Cresce in particolare l'esigenza di costruire una nuova cultura del valore dell'età anziana e di sviluppare la consapevolezza degli strumenti per tutelare la salute fisica e psichica dei cittadini *senior*, per promuoverne l'integrazione e la partecipazione sociale, nel rispetto dei loro valori e personalità.

#### **Obiettivo strategico**

Con il progetto *"Invecchiare bene: istruzioni per l'uso"*, il DMM intende mettere a disposizione della comunità le sue competenze (dalla ricerca biologica di base alla clinica, includendo la bioetica) per contribuire a costruire questa nuova cultura dell'età anziana e per diffondere la consapevolezza degli strumenti che consentono di viverla in modo pieno (tra cui conoscenze bio-mediche e nuovi istituti bio-giuridici).

Tale obiettivo sarà perseguito attraverso un'ampia serie di iniziative: incontri con la popolazione, percorsi di formazione per volontari e operatori di strutture sanitarie territoriali per anziani, corsi di aggiornamento per professionisti della salute, produzione di materiale informativo (ad es., podcast) fruibile anche attraverso il sito web di terza missione del DMM (*Scienza e Società*).

#### **Partner e metodo di lavoro**

Per raggiungere tale obiettivo, il DMM collaborerà con due enti del territorio (Comune di Padova e Centro Servizi per il Volontariato di Padova e Rovigo) e una società scientifica nazionale (Società Italiana di Medicina Generale).

Tale collaborazione mira a svolgere un'attenta lettura dei bisogni dei diversi utenti (cittadini, volontari, professionisti della salute) e a co-costruire i vari eventi, per garantire che le attività del DMM incontrino le reali necessità e gli effettivi interessi delle persone a cui sono rivolte le iniziative.

### DESCRIZIONE DEL PROGETTO

#### **a) Obiettivi specifici**

Gli obiettivi specifici che il progetto si propone sono:

- mappare i bisogni informativi e formativi:
  - a) della cittadinanza (tramite questionari distribuiti nell'ambito di iniziative già in essere del Comune di Padova e grazie al confronto con associazioni ed esperti);
  - b) dei professionisti della salute, in particolare medici di medicina generale, MMG (grazie al confronto con i rappresentanti della Società Italiana di Medicina Generale, SIMG);
  - c) dei volontari che si occupano di cittadini senior all'interno delle associazioni di volontariato che operano sul territorio (tramite confronto con i responsabili di tali associazioni);
  - d) delle strutture sanitarie territoriali per assistenza agli anziani (grazie al confronto con i responsabili di tali strutture e con esperti).
- progettare e realizzare (sulla base dei bisogni individuati):
  - a) incontri con la cittadinanza per educare a prendersi cura di sé, attraverso strategie che permettano di rallentare i processi di invecchiamento fisici e mentali e per far conoscere i diversi strumenti per far valere la propria volontà e personalità (testamento biologico, pianificazione condivisa delle cure, fiduciario);
  - b) eventi di formazione rivolti a dipendenti e volontari di associazioni di volontariato impegnate nel supporto alle persone anziane;
  - c) corso di aggiornamento accreditato per MMG, dedicato sia agli aspetti biomedici dell'invecchiamento, sia agli strumenti bio-giuridici oggi a disposizione per permettere alle persone di essere accompagnate e di far valere la loro volontà e personalità anche nella fase finale della vita (testamento biologico, pianificazione condivisa delle cure, fiduciario ecc.);
  - d) iniziative formative per personale e utenti di strutture sanitarie non ospedaliere per anziani del territorio, sui temi della prevenzione delle malattie infettive, delle vaccinazioni, della gestione delle terapie anti-infettive e della poli-farmacia, delle cure palliative;
  - e) campagne di informazione sui temi dell'invecchiamento attivo attraverso strumenti innovativi (ad es., podcast) da mettere poi a disposizione attraverso vari canali, tra cui il sito web di Dipartimento dedicato alla terza missione.
- implementare il sito di terza missione del DMM (*Scienza e società*), alimentando la sezione dedicata al progetto annuale 23-24 (*Invecchiare bene: istruzioni per l'uso*);
- offrire specifiche opportunità formative rivolte al personale docente impegnato nel progetto, per favorire lo sviluppo delle specifiche competenze necessarie alla divulgazione scientifica (Es.: corso per la progettazione e realizzazione di podcast).

## **b) Destinatari**

- Cittadini del Comune di Padova (in particolare, cittadini senior riuniti in associazioni o accolti in RSA);
- popolazione a livello nazionale, cui saranno rivolti i materiali formativi innovativi (es.: podcast) messi a disposizione attraverso varie piattaforme multimediali, tra cui il sito web di TM del DMM: *Scienza e società*;
- dipendenti e volontari di associazioni di volontariato della Provincia di Padova e Rovigo, impegnate in servizi per anziani;
- medici di medicina generale del Veneto (cui sarà riservato un corso di aggiornamento accreditato ECM);

- personale di strutture sanitarie per anziani non ospedaliere, delle province di Treviso e Belluno

### c) Attività previste

- riunioni con i partner per leggere insieme i bisogni dell'utenza e programmare nel dettaglio le iniziative previste, scegliendo tra la lista di argomenti proposta dal Dipartimento (cfr. *infra*\*);
- 10 incontri con la cittadinanza, anche in forma laboratoriale, negli spazi messi a disposizione dal Comune di Padova;
- 3 incontri di formazione per dipendenti e volontari di associazioni di volontariato;
- 1 corso di aggiornamento accreditato rivolto a Medici di Medicina Generale (20 ore), sulla biologia dell'invecchiamento e sulla bioetica (testamento biologico, pianificazione condivisa delle cure, fiduciario, cure palliative);
- 3 edizioni di un percorso di formazione su alcuni problemi della popolazione fragile (da realizzare in tre strutture residenziali non ospedaliere per anziani, in zone periferiche della Regione Veneto).
- realizzazione di podcast e short videos di divulgazione scientifica relativi al progetto.

***\*Tematiche relative all'invecchiamento attivo e consapevole da proporre ai partner e tra cui scegliere le tematiche specifiche dei vari interventi, sulla base della lettura dei bisogni (anche tramite questionari proposti all'utenza)***

#### a) medico/biologiche:

Invecchiamento cognitivo e precognitivo  
 Infiammazione, invecchiamento e malattie degenerative  
 Malattie infettive dell'anziano e prevenzione vaccinale  
 Cambiamenti della struttura dei nostri tessuti durante l'invecchiamento  
 Invecchiamento del muscolo: perdita di massa muscolare e suo mantenimento  
 Incontinenza e controllo del corpo  
 Invecchiamento dei sensi  
 Il ruolo dei radicali liberi dell'ossigeno nell'invecchiamento  
 L'influenza dell'ambiente e dello stile di vita sull'invecchiamento  
 Nutrizione, metabolismo e invecchiamento  
 Il microbiota intestinale e l'invecchiamento  
 Le terapie anti-invecchiamento emergenti  
 La medicina rigenerativa per la riparazione dei tessuti  
 Perché il cancro è più frequente durante l'invecchiamento e cosa possiamo fare

#### b) bio-etico/bio-giuridico

Testamento biologico (Disposizioni Anticipate di Trattamento, DAT)  
 Pianificazione Condivisa delle Cure (PCC)  
 Fiduciario  
 Cure palliative

#### d) **Descrizione dell'impatto** (economico, sociale e/o culturale previsto nel breve e medio periodo)

I progressi della scienza e della tecnologia hanno contribuito, insieme a molteplici

cambiamenti culturali e di stile di vita, a un incremento molto significativo dell'aspettativa di vita. D'altra parte, la diminuzione del tasso di natalità ha portato a un aumento dell'età media della popolazione e della percentuale di cittadini sopra i 65 anni.

Questa situazione comporta sfide ma anche opportunità. Alcune di queste sfide riguardano temi sanitari (l'invecchiamento si accompagna infatti ad aumentati rischi di varie malattie) e etico-giuridici (come far valere la propria personalità e valori anche in situazioni di fragilità?). Inoltre, il passaggio da cittadino lavoratore a pensionato comporta possibili ripercussioni psicologiche, spesso aumentate dalla solitudine. Questi fattori, quando sommati, portano a situazioni complesse, difficili da affrontare sia per la persona direttamente coinvolta, sia per familiari, amici, e società in generale.

D'altra parte, è necessario smitizzare l'idea del valore "residuale" e globalmente negativo dell'età anziana. Proprio i progressi della scienza e della tecnologia, unitamente alla crescita culturale e sociale, possono essere di grande aiuto nel mantenimento di un'alta qualità della vita, garantendo una "vecchiaia" attiva e ricca di esperienze gratificanti.

Il progetto "*Invecchiare bene: istruzioni per l'uso*" si propone di contribuire ad affrontare alcune delle sfide sopra descritte, diffondendo la conoscenza delle opportunità per un invecchiamento consapevole e attivo. Il DMM ha in quest'ambito un mix di competenze unico, che spaziano dalle conoscenze biomediche a quelle bioetiche.

Le diverse tipologie di attività (incontri con la popolazione, percorsi formativi con i volontari, corsi di aggiornamento per professionisti della salute, materiale divulgativo rivolto a tutta la cittadinanza) mirano a diffondere questa nuova cultura e conoscenza alle fasce della popolazione più direttamente coinvolte.

In tutte le iniziative, sarà posto in particolare l'accento sulla prevenzione (dieta, vaccini, integrazione dell'alimentazione, esercizio fisico ecc.), per illustrare le opportunità di preservare il benessere e aumentare la qualità della vita. Inoltre, saranno presentati gli innovativi strumenti bio-giuridici oggi a disposizione per preservare la personalità e dignità della persona anziana anche in situazioni di fragilità psico-fisica (testamento biologico, pianificazione condivisa delle cure, fiduciario).

Le ricadute a breve termine del nostro programma saranno l'informazione e la sensibilizzazione della popolazione, dei volontari impegnati nel supporto ai cittadini senior e dei professionisti della salute maggiormente a contatto con pazienti anziani.

Le ricadute attese a medio termine sono: a) per la popolazione anziana incontrata, un aumento nell'utilizzo di strumenti quali testamento biologico e fiduciario, e un maggior ricorso a strumenti preventivi come le vaccinazioni; b) per i professionisti della salute incontrati, un maggior ricorso a strumenti come la pianificazione condivisa delle cure e le cure palliative, una migliore consapevolezza dei consigli da offrire ai pazienti anziani più fragili, ad esempio in tema di poli-farmacia (con miglioramento nell'utilizzo delle risorse del SSN e della qualità dell'accompagnamento nella fase finale della vita).

Altre ricadute di medio termine sono il consolidamento dei rapporti di collaborazione con importanti enti locali e la creazione nel personale di Dipartimento di competenze avanzate nell'utilizzo di forme innovative di divulgazione scientifica (podcast, short videos).

In conclusione, il progetto ha le basi necessarie per affrontare una questione importante e attuale – di grande rilievo scientifico, culturale e sociale – garantendo un tangibile impatto positivo per la comunità.

#### **e) Personale universitario coinvolto nelle attività di progetto e dipartimento di afferenza**

Personale del Dipartimento

Paola Braghetta

Monica Basso  
Francesca Boldrin  
Valentina Bosello  
Paola Brun (Istologia)  
Paola Brun (Microbiologia)  
Ignazio Castagliuolo  
Matilde Cescon  
Paolo Contessotto  
Claudia Del Vecchio  
Luca Fabris  
Enrico Furlan  
Alfredo Garzino Demo  
Maria Grazia Melchionda  
Enrico Moro  
Carla Mucignat  
Tito Pancera  
Saverio Parisi  
Marta Trevisan  
Silvia Tusino  
Anna Urciuolo  
Francesco Visioli

Specializzandi afferenti alla Scuola di Specialità Malattie Infettive

Sara Caputo  
Francesco Colombo  
Luca Martignago  
Nicole Pirola

Personale esterno al Dipartimento

Chiara Abatangelo (DPCD)  
Maurizio Cancian (SIMGE)  
Kathrin Ohnsorge (esperta in bioetica e cure palliative)  
Mariassunta Piccinni (SPGI)

f) **Eventuali partner coinvolti nel progetto** (Enti/Associazioni/Istituzioni del territorio)

- con cofinanziamento: Comune di Padova (*in kind*)
- senza cofinanziamento: Centro Servizi per il Volontariato di Padova e Rovigo e Società Italiana di Medicina Generale

g) **Durata**

13 mesi (settembre '23 – settembre '24)

**C) INDICATORI DI IMPATTO MISURABILI (a livello esemplificativo e non esaustivo)**

Per ciascun indicatore deve essere specificato il livello di partenza (baseline<sup>1</sup>) e il livello atteso (target):

---

Indicatore 1:

*livello di partenza:* analisi dei bisogni in collaborazione coi partner; progettazione degli eventi e diffusione del programma e dei suoi contenuti tra gli utenti (cittadinanza, associazioni di volontariato, MMG, strutture sanitarie residenziali per anziani identificate).

*livello atteso:* stesura definitiva del programma degli interventi, con esplicitazione degli obiettivi specifici.

Indicatore 2:

*livello di partenza:* svolgimento eventi rivolti alla cittadinanza.

*livello atteso:* feedback positivo da parte degli utenti, registrato tramite somministrazione di questionari di gradimento.

Indicatore 3:

*livello di partenza:* numero di DAT (Disposizioni Anticipate di Trattamento, ossia testamento biologico) depositate presso il Comune di Padova nel 2023.

*livello atteso:* aumento del numero di DAT depositate presso il Comune di Padova a fine 2024.

Indicatore 4:

*livello di partenza:* conoscenze degli operatori delle associazioni di volontariato e dei medici di medicina generale – prima dell'inizio delle attività formative loro rivolte – sui temi dell'invecchiamento attivo e degli strumenti etico-giuridici oggi a disposizione.

*livello atteso:* raggiungimenti degli obbiettivi in termini di conoscenze dei volontari (verificate tramite questionario), e in termini di impatto sulle attività dei MMG (aumento del ricorso alla pianificazione condivisa delle cure – delta 2023-2024).

Indicatore 5:

*livello di partenza:* conoscenze dei professionisti delle strutture sanitarie non ospedaliere del territorio prima dell'effettuazione dei percorsi formativi dedicati.

*livello atteso:* raggiungimento degli obbiettivi di impatto sulle strutture sanitarie residenziali in termini di delta delle attività preventive poste in essere (estrazione dati relativi all'anno precedente e dopo gli interventi) e di gestione assistenziale (questionari agli operatori medici e non medici).