



IL BEN SSC PER VALUTARE L'EFFICACIA DI UN PERCORSO PER LA PREVENZIONE DEL DECADIMENTO COGNITIVO NEGLI ULTRASESSANTACINQUENNI

Barbera Claudia, Basso Donatella, Psicologhe libere professioniste
Bigot Giulia, Presidente Cooperativa CODESS FVG



Introduzione

Nel 2018 la gestione di **CamminaMenti** (Udine, Città Sane) è assegnata a CODESS FVG. Il progetto, finanziato col 5 per mille, è attivo da 7 anni, gratuito, rivolto agli ultrasessantacinquenni. Si occupa di **promozione dell'invecchiamento attivo e prevenzione del decadimento cognitivo**. Viene introdotta, col BEN SSC, una valutazione di efficacia ulteriore ai questionari di gradimento. A questa edizione hanno partecipato 322 soggetti over 65, distribuiti tra 56 percorsi proposti, con una media di 3.2 attività ciascuno. La scelta è libera.

Obiettivi

- Avviare un'indagine qualitativa su possibilità di utilizzo di un questionario validato.
- Verificare se il **benessere psicologico** percepito si modifica con la frequenza di più percorsi strutturati.

Metodo

Per un campione possibilmente omogeneo si è proposto la frequenza di un pacchetto di almeno tre percorsi. Due indispensabili (Come funziona la nostra mente, MemoriAttiva) della durata di 8 incontri da due ore ciascuno e almeno un terzo di durata uguale o diversa. Di 33 soggetti con i requisiti della frequenza, 17 hanno compilato correttamente i questionari Ben SSC pre-post che sono stati utilizzati per questo studio.

Risultati

Per il totale grezzo, in 9 casi vi sono differenze positive (aumenti) mentre in 4 casi vi sono delle differenze negative (diminuzione). Questi risultati depongono a favore dell'assenza di una differenza statisticamente significativa tra pre e post trattamento ($p=0,141$). Nel complesso l'aumento medio è di circa 1,5 punti nella scala totale, incremento non significativo. Tuttavia per una delle tre sottoscale vi è un incremento significativo: per la BenCE (+1.25 punti in media).

Conclusioni

Alcuni risultati del confronto pre-post potrebbero dipendere da variabili che il questionario non considera. I partecipanti possono essere in condizione di fragilità psicofisica, relazionale, sociale. Perciò si ritiene opportuno in futuro affiancare il Ben SSC a una scheda di facile compilazione per raccogliere informazioni utili a rilevare variabili che possono influire negativamente o positivamente sui risultati. Si auspicano ulteriori studi sull'utilizzo del BenSSC con un campione numericamente più significativo, consapevoli delle difficoltà di un metodo rigoroso in un contesto reale.

Riferimento bibliografico

Beni R., Borella E., Carretti B., Marigo C., Nava L., (2012 2° ediz.), BAC: Portfolio per la valutazione del benessere e delle abilità cognitive e nell'età adulta e avanzata, OS, Giunti, Firenze

