

## STRUMENTI DI SELEZIONE E VALUTAZIONE DELLE INFORMAZIONI SANITARIE DISPONIBILI IN INTERNET (SITI WEB, FORUM E VIDEO)

### 1. Siti web riguardanti la salute e la cura delle persone anziane affette da demenza

Quando cerchi siti Web (WWW) per trovare informazioni su forme di aiuto e assistenza agli anziani, dovresti iniziare con una revisione dei siti Web dei seguenti enti:

- Ministero
- Regioni e comuni,
- Centri di assistenza sociale
- Istituzioni sanitarie ufficiali e riconosciute
- Organizzazioni non governative

Su ciascuno dei siti Web ufficiali delle istituzioni sono presenti schede, alcune delle quali sono dedicate agli utenti che cercano informazioni. Si tratta in genere di informazioni molto generali contenenti allegati con lo sviluppo di un argomento o materiali dettagliati o che si riferiscono ad ulteriori fonti materiali utilizzando i cosiddetti *link*.

- I siti Web ufficiali degli uffici pubblici includono:
- Normative legali vigenti,
- Informazioni su progetti e programmi realizzati,
- Dati di contatto di organizzazioni e istituzioni che si occupano direttamente di assistenza, consulenza e supporto per le persone che si prendono cura degli anziani.

Per poter trovare gli uffici appositi, scrivi il loro nome nel motore di ricerca, ad es. "Comune di Modena" o "Azienda Sanitaria Locale + Nome del Comune".

Un altro modo per trovare informazioni è utilizzare le cosiddette "parole chiave". Queste parole inserite nel motore di ricerca consentono l'accesso a molte pagine specifiche su un

determinato argomento. Quando si è alla ricerca di informazioni sull'assistenza agli anziani, possono essere utili le seguenti parole chiave: persone anziane, cure, sintomi della demenza, comportamento nella demenza, attività della persona anziana, assistenza a domicilio, problemi di cura, vecchiaia, cure geriatriche o frasi: persone anziane - attività quotidiane, assistenza domiciliare al paziente, qualità della vita di una persona anziana, guida per i caregiver degli anziani, prevenzione del burnout nella professione di badante delle persone anziane, aiuto alle persone che si prendono cura degli anziani a casa.

I risultati di ricerche che utilizzano parole o frasi chiave, il più delle volte portano ad accedere a pubblicazioni e articoli scientifici, pubblicità e annunci di aziende che forniscono assistenza, presentazioni multimediali, guide, servizi di informazione e materiale didattico.

## **2. Film sul tema della salute e della cura delle persone anziane affette da demenza**

Anche i caregiver non professionisti di persone anziane che vivono a casa cercano materiale didattico su Internet e sono interessati ai film. Il materiale più adeguato sono i video didattici. Si possono utilizzare due tecniche per poter trovare filmati utili:

- 1) nel motore di ricerca inserisci le parole chiave o le frasi precedentemente indicate aggiungendo le parole “film” o “video”, verrà quindi visualizzato un ampio elenco di siti e link che contengono filmati correlati;
- 2) Nella barra degli indirizzi del tuo browser digita direttamente l'indirizzo di un sito che contiene solo video (es. [www.youtube.com](http://www.youtube.com)) o apri l'applicazione dedicata sul tuo smartphone o tablet, e nella barra di ricerca inserisci le parole chiave o le frasi elencate precedentemente.

Successivamente, si dovrebbe seguire le regole fornite nella descrizione della metodologia di selezione per valutare se il materiale è affidabile.

### **3. Forum rivolti ai temi della salute e della cura sia delle persone anziane che delle persone affette da demenza**

Lo scopo dei forum online è quello di scambiare informazioni ed esperienze tra i loro partecipanti in forma scritta (utenti di Internet iscritti ad un forum), che non sono sempre professionisti in un determinato campo. Attraverso il forum, puoi porre una domanda, condividere il tuo problema, chiedere consigli agli altri partecipanti al forum. Puoi anche prendere parte ad una discussione (forum di discussione) facendo riferimento alle opinioni degli altri. Il forum può essere un ottimo strumento di supporto e può talvolta compensare la necessità di contatti sociali, che nei caregiver delle persone anziane, a causa dell'onere della cura e della mancanza di tempo, sono spesso gravemente danneggiati. Nei forum puoi anche porre una domanda rivolta ai professionisti (forum scientifico). Per cercare nel forum l'argomento appropriato che riguarda assistenza agli anziani, esegui una ricerca tramite parole chiave nell'apposita barra di ricerca all'interno del forum.

Si noti che non tutti i materiali, i video e i forum disponibili su Internet sono gratuiti, per alcuni è necessario pagare una piccola quota di iscrizione. Anche l'accesso alle informazioni a pagamento pubblicate sul web dovrebbe essere selezionato e valutato secondo le regole fornite nel capitolo III.

### **4. CONSIGLI PRATICI**

1. Usa un software anti-virus,
2. Apri messaggi solamente da contatti che conosci,
3. Presta attenzione quando scarichi file da Internet,
4. Evita di cliccare su link e su allegati che non conosci nelle e-mail,
5. Non fornire dati personali o password su internet, non inviare le tue foto,
6. Proteggi i tuoi account sui social network

7. Utilizza password difficili da indovinare, con una combinazione di lettere e numeri
8. Leggi i regolamenti (Termini e Condizioni)
9. Controlla se la pagina in cui ti sei iscritto ha un sistema di sicurezza attivo
10. Ricorda che le persone dall'altra parte dello schermo potrebbero non essere chi dicono di essere.

## **5. CONCLUSIONI**

1. Internet è una fonte molto popolare di informazioni, è diventato il primo media nel reperire informazioni sulla salute, le malattie e la cura.
2. Spesso, nel sistema sanitario, l'uso delle nuove tecnologie per accedere ai servizi medici è ancora inefficace.
3. Vi è la necessità di rendere internet uno strumento popolare per accedere alle informazioni riguardanti la cura delle persone anziane.
4. Le regole base per stabilire la credibilità delle informazioni mediche su internet dovrebbe essere promossa.

Questo materiale relativo al progetto Elily, realizzato dai beneficiari congiuntamente o individualmente in qualsiasi forma e utilizzando qualsiasi mezzo, riflette solo il punto di vista dell'autore e l'Agenzia nazionale e la Commissione Europea non sono responsabili per qualsiasi uso che possa essere fatto delle informazioni contenute.