

DIGITAL HEALTH

Addio ricetta è il momento dell'app

FEDERICOMERETA

Smartphone e tablet diventeranno lo strumento che eroga il trattamento più adatto attraverso la precisione degli algoritmi



PIXABAY

Contiamo i passi. Monitoriamo il respiro e il battito cardiaco. Misuriamo le calorie e il dispendio energetico. Il nostro benessere è sempre più regolato dalle app, che ci offrono informazioni utili e sempre più ne offriranno in futuro. Se ci affidiamo a compresse e pastiglie, sulla scorta delle indicazioni del medico, in un futuro che è già presente in alcuni Paesi approderemo alle terapie digitali.

A somministrare, tramite app diverse per contenuto ma non per forma, la cura sarà un algoritmo. E sotto stretta prescrizione medica. Smartphone e tablet diventeranno lo strumento che eroga il trattamento. In Italia non sono ancora state registrate terapie di questo tipo, ma in Germania e negli Usa le applicazioni con questo approccio si stanno diffondendo. Si punta su patologie come insonnia cronica, ansia, depressione, stress post-traumatico e i defi-

Come e quando

Con l'elettronica dosaggi e posologia possono essere verificati in tempo reale

15,6

miliardi è la cifra stanziata dal Pnrr per la digitalizzazione del servizio sanitario nazionale

cit legati all'Adhd nei bambini. Ma crescono le applicazioni per la disassuefazione dalle dipendenze, prima tra tutte il fumo, e nell'approccio a obesità, diabete e ipertensione, per arrivare a trattamenti di supporto in oncologia. Sul fronte degli studi necessari, niente paura.

Non è facile per chi è abituato alla ricetta su cui appaiono dosaggi e posologia accettare di colpo una terapia digitale, con un algoritmo che calcola il come e il quando. «Ci sono

due aspetti che debbono precedere l'impiego su larga scala delle terapie digitali: bisogna che il trattamento sia rimborsato, come avviene in Germania, e occorre che il medico adotti questo approccio: ciò significa avviare percorsi di formazione mirati – spiega Giuseppe Recchia, co-founder e ad daVi DigitalMedicine -. La terapia digitale è spesso un sistema che eroga una terapia cognitivo-comportamentale: è un approccio che si fonda sul presupposto che esista una stretta relazione tra pensieri, emozioni e comportamenti e che fornisce al paziente gli strumenti per gestire le emozioni e modificare le convinzioni negative e le percezioni errate della mente».

Ecco perché queste terapie non vanno considerate come realtà isolate. Piuttosto possono rappresentare un'integrazione o essere complementari alle classiche vie di somministrazione delle cure. «Accanto all'utilizzo di interventi terapeutici già esistenti possono inoltre essere utilizzati interventi disegnati ex novo e tra loro combinati – aggiunge Recchia -. Insomma: rispetto al farmaco, la terapia digitale può rappresentare un'alternativa, un'aggiunta o una combinazione. E poi possono esistere algoritmi che estendono e potenziano le funzioni del farmaco e di conseguenza la sua attività».

Sul fronte dell'approvazione da parte delle autorità regolatorie non cambia nulla: si effettuano studi randomizzati di confronto con altre terapie, «ma c'è una differenza basilare – conclude l'esperto -. E' il paziente, opportunamente preparato, il fulcro del trattamento. Chi si cura con queste terapie invia i risultati al centro di controllo, riportando quanto sta avvenendo e diventando protagonista della propria terapia». —