

## Alzheimer: un'app digitale che rievoca i ricordi aiuta i pazienti e chi se ne prende cura di Silvia Turin

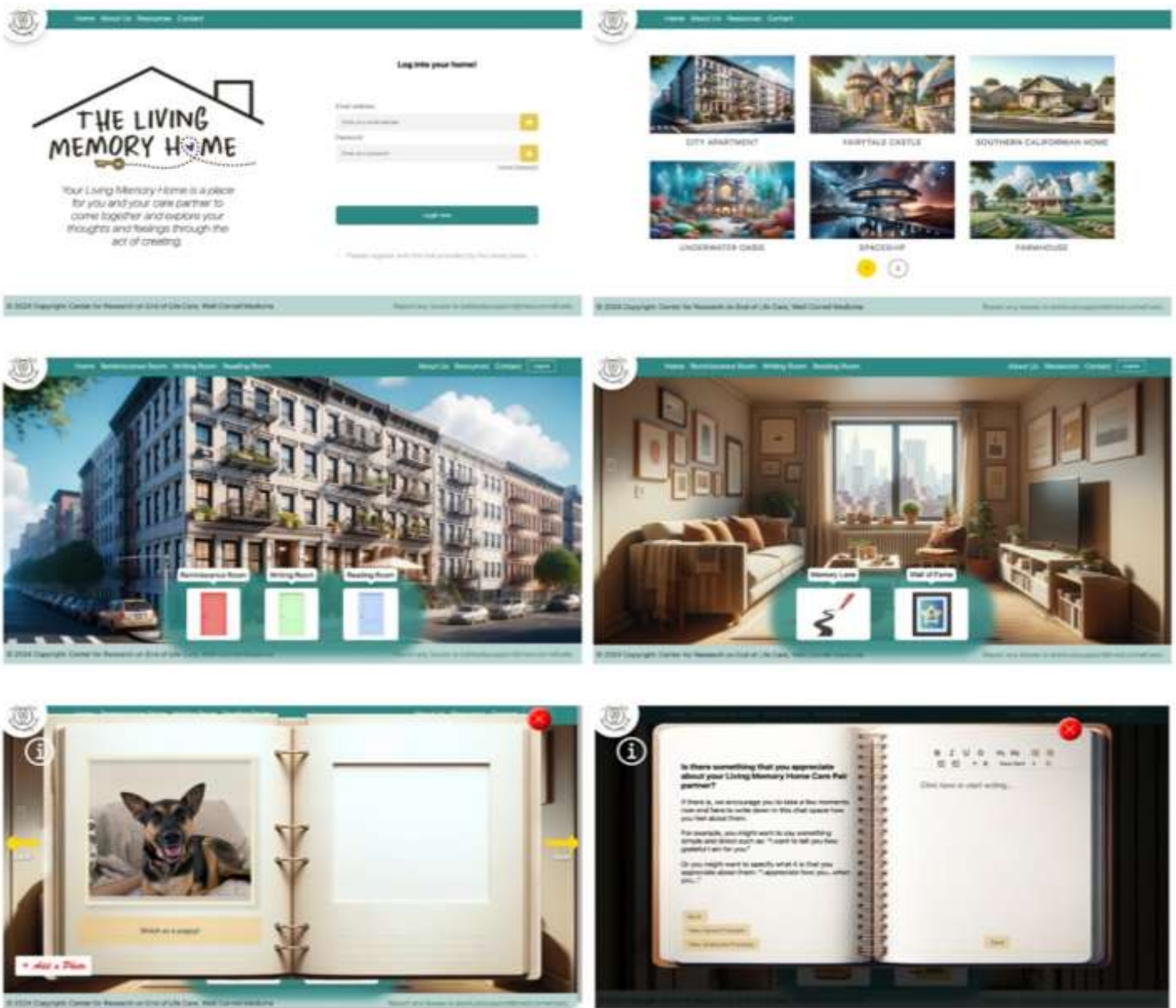
Uno strumento interattivo sviluppato dall'Università della California del Sud stimola la relazione e riduce l'ansia con la «terapia del ricordo», oggetti familiari e conversazioni guidate (Fonte: <https://www.corriere.it/> 23 aprile 2026)



Un'app che stimola i ricordi può aiutare le persone affette da demenza e i loro caregiver a sentirsi più connessi tra loro e a superare i momenti di dolore e tristezza.

Lo ha verificato uno studio clinico [condotto congiuntamente dalla USC e dalla Weill Cornell Medicine](#) e pubblicato su *JAMA Network Open*.

Il sito web *Living Memory Home for Dementia Care Pairs* (LMH-4-DCP) è uno spazio virtuale personalizzabile dove si trovano album fotografici, domande autobiografiche e spunti per la scrittura di un diario dei ricordi che facilitano la «terapia della reminiscenza» collaborativa e interattiva. Può includere musica, arte, oggetti familiari o conversazioni guidate su esperienze passate con l'obiettivo di ridurre l'ansia e promuovere il benessere e la connessione.



Collage di schermate dell'app (Centro di ricerca sulle cure di fine vita, Weill Cornell Medicine)

## Lo studio

Lo studio ha coinvolto **34 coppie** composte da persone con demenza lieve o moderata e dai loro caregiver. Le coppie sono state assegnate in modo casuale a due gruppi: uno che utilizzava la versione completa dell'app LMH-4-DCP, con tutte le attività di terapia del ricordo, e un altro che utilizzava una versione limitata dell'app senza accesso alle funzionalità di terapia del ricordo. Ciascuna coppia ha utilizzato la versione dell'app assegnata almeno due volte a settimana per due settimane e ha compilato questionari prima e dopo l'intervento.

«È stato un risveglio di ricordi di cui mia madre non aveva mai parlato prima», «Sono rimasto sorpreso da quanto abbia interagito», «È stato bellissimo sentire mia madre parlare di cose che non mi aveva mai raccontato, mi sembra che ci siamo avvicinate molto», «Ho apprezzato gli spunti per avviare una conversazione con mio padre e ho imparato cose che non sapevo prima»... sono stati alcuni commenti raccolti dagli scienziati.

## I risultati

I risultati dello studio hanno dimostrato che l'utilizzo della versione completa dell'app era associato a una **significativa riduzione dei sentimenti di dolore e lutto anticipatorio** (il dolore provato dai caregiver di malati di demenza per la progressiva perdita dell'identità e della connessione con la persona cara ancora in vita). Inoltre, si sono registrati lievi **miglioramenti nella qualità della relazione** dopo il periodo di due settimane per gli utenti con accesso alle funzionalità di reminiscenza rispetto a quelli senza accesso.

LMH-4-DCP si ispira all'app web originale *Living Memory Home* (LMH), una piattaforma digitale per il supporto al lutto (il lutto premorte è straordinariamente simile al lutto post mortem).

## Gli obiettivi

«La terapia del ricordo è ampiamente utilizzata per le persone con demenza e **può stimolare il recupero dei ricordi**, ma non sono state condotte molte ricerche rigorose sulla sua efficacia», ha affermato l'autrice principale Francesca Falzarano, assistente presso la USC Leonard Davis School of Gerontology.

«L'idea è che incoraggiare la condivisione di questi ricordi possa favorire il rapporto tra la persona affetta da demenza e chi se ne prende cura. Vogliamo inoltre preservare la personalità e la dignità della persona affetta da demenza, documentare i suoi ricordi finché siamo ancora in grado di farlo e alleviare il dolore», ha continuato Falzarano.

## In futuro

Il prossimo passo dei ricercatori è quello di testare l'efficacia di questo strumento con un campione molto ampio e rappresentativo di popolazione a livello nazionale, ma anche includere test che possano sondare il gradimento e gli effetti direttamente sulle persone affette da demenza, non solo sui caregiver.

Quando ai partecipanti è stato chiesto se avrebbero continuato a utilizzare l'app dopo lo studio le risposte sono state: «Lo farei perché questa è stata la prima volta che mia madre ha mostrato davvero tante emozioni!», «Sì, ha aperto un nuovo legame affettivo e ci ha uniti ancora di più».

[I nuovi farmaci approvati dall'Ema: per malattie rare, Alzheimer, tumori e altre patologie](#)