

NOTA DE IMPRENSA

NOTA DE IMPRENSA27 Abril 2016 || pág. 1 | 1

4 milhões de euros e 16 países juntos pelo envelhecimento ativo e saudável

Fraunhofer AICOS integra my-AHA

Sob a coordenação da Universidade de Turim, o centro de investigação Fraunhofer AICOS associou-se a um grupo de 16 países europeus, asiáticos e da Oceânia para lutar contra o declínio relacionado com a idade, dando assim origem ao projeto de envelhecimento ativo e saudável, my-AHA. Com um investimento de 4 milhões de euros, o my-AHA tem a duração de 4 anos (2016-2019) e como foco o declínio físico e cognitivo, planeando a criação de programas de deteção e intervenção precoce como forma de incentivar a redução dos efeitos negativos sobre as pessoas e aumentar a sua qualidade de vida.

O papel do Fraunhofer AICOS no projeto my-AHA está relacionado com as áreas da nutrição e atividade física, paralelamente à colaboração na integração das várias plataformas de monitorização e intervenção já existentes como, por exemplo, o *smartphone* pensado pela Fraunhofer AICOS para utilizadores seniores, o Smart Companion.

O principal objectivo do my-AHA é reduzir o risco de declínio, melhorando a atividade física e função cognitiva, estado psicológico, recursos sociais, nutrição, sono e bem-estar geral. Pretende ainda capacitar os cidadãos mais seniores para melhor gerirem a sua saúde, resultando em economia de custos de saúde. O my-AHA procura fornecer novas formas de vigilância da saúde e prevenção de doenças através de perfis individualizados e recomendações personalizadas, feedback e apoio. Esta plataforma baseada em Tecnologias de Informação e Comunicação (TIC) irá detetar, de forma precoce e com precisão, os riscos a que a população sénior está exposta diariamente, enviando alertas e sugestões como a prática de exercício físico, alterações na alimentação e cuidados a ter com algum aspeto da saúde, de forma a alcançar a mudança comportamental de longo prazo.

Assessoria de Imprensa

Raquel Rodrigues | 965346916 | raquel.rodrigues@fraunhofer.pt