



Spunti, conoscenze e raccomandazioni dal webinar del 27 marzo 2025

Digitalizzazione e promozione della salute in età avanzata

Sintesi e linee d'azione per le persone responsabili di progetti e programmi PAC

Questo documento riassume i contenuti chiave, le testimonianze e le discussioni emerse durante il webinar del 27 marzo 2025. Si basa sugli interventi di esperte ed esperti, sui riscontri delle persone partecipanti e sui nuovi dati dello studio «Digital Seniors 2025».

Importanza strategica di questo tema

In Svizzera esiste tuttora un marcato divario digitale all'interno della popolazione anziana. In un contesto di rapida digitalizzazione, anche nei servizi sanitari pubblici, emergono diverse sfide, tra cui l'equità di accesso e l'impatto di questa trasformazione sulla qualità della vita.

«L'inclusione digitale delle persone anziane è una questione di dignità, ma anche di equità nell'accesso ai servizi sanitari. I nostri progetti possono fare la differenza – a condizione di essere concepiti insieme alle persone anziane stesse.»

Le principali conclusioni del webinar

Un divario digitale persistente

- La popolazione in età avanzata non è un gruppo omogeneo: il 95% delle persone di età compresa tra 65 e 74 anni possiede uno smartphone, mentre dopo gli 85 anni tale quota scende al 53%.
- Le persone più anziane usano Internet con una minor frequenza e spesso in modo molto mirato, per esempio per consultare gli orari dei trasporti pubblici o per iscriversi a un'attività.
- La categoria più attiva online è quella degli uomini con un buon livello di istruzione e buone competenze digitali.

Il digitale può essere una leva per la salute

- Sostegno all'autonomia (promemoria per l'assunzione dei medicinali, servizi online, migliore comprensione della propria condizione di salute).
- Accesso a informazioni sulla salute e mantenimento dei contatti sociali (per es. grazie alla possibilità di consultare siti web sulla salute o di mantenere i contatti con familiari e amici tramite i social network).
- Alcuni esempi di strumenti utili: dispositivi connessi a Internet, applicazioni di messaggistica, servizi di telemedicina, video esplicativi.

Ma anche un fattore di esclusione

- L'8% delle persone anziane «non connesse» si sente escluso.
- Alcuni dispositivi (bracciali di emergenza, robot) vengono evitati se trasmettono un'immagine di dipendenza.
- Quando le aspettative di semplicità, affidabilità e accompagnamento umano non vengono soddisfatte.

Principali ostacoli

- «Troppo complicato»
- «Troppo tardi per me», nessuna utilità percepita
- Diffidenza nei confronti della protezione dei dati
- Scarsa offerta di corsi adeguati
- Mancanza di motivazione

Cosa dicono le vostre colleghe e i vostri colleghi?

Ancoraggi identificati nei Cantoni

- Strategie cantonali di digitalizzazione che tengono in considerazione la popolazione in età avanzata (per es. BS, NE).
- Maggiore collaborazione tra i dipartimenti della sanità e della socialità e gli enti preposti alla digitalizzazione.
- Integrazione del tema della digitalizzazione nei piani per la terza età o nelle strategie cantonali per la terza età e per la digitalizzazione.

Bisogni concreti

- Strumenti semplici per valutare i bisogni delle persone anziane (checklist, colloqui, questionari).
- Maggiore visibilità delle offerte esistenti di promozione della salute (spesso non conosciute a livello locale) grazie alle soluzioni digitali.
- Sostegno attraverso persone di fiducia: figli, familiari, personale di cura, vicini di casa.

Buone pratiche

- Incontri intergenerazionali sul tema della digitalizzazione (per es. workshop o momenti di scambio animati localmente).
- Formazioni in piccoli gruppi con fornitura del materiale necessario.
- Progetti pilota con assistenti vocali o applicazioni semplificate.
- Piattaforme cantonali concepite *con e per* le persone anziane (accessibilità, navigazione intuitiva).

Per migliorare la visibilità delle iniziative e dei progetti, documentate le vostre esperienze e condividetele con le altre e gli altri responsabili di progetti e programmi PAC.

Raccomandazioni concrete per integrare il tema della digitalizzazione nei progetti di promozione della salute (PAC)

Sfida	Possibili soluzioni
Disparità di accesso al digitale	Proporre un'offerta ibrida: online, cartacea e telefonica – valorizzando al contempo il contatto umano per creare una relazione personalizzata.
Scarsa motivazione	Porre l'accento sui benefici immediati (mantenere i contatti, comprendere e rafforzare la propria condizione di salute).
Scarsa offerta formativa	Creare o indirizzare a workshop in piccoli gruppi, animati da pari o da altre figure di riferimento («ambasciatrici e ambasciatori della trasformazione digitale»).
Complessità degli strumenti	Scegliere soluzioni semplici, adattate e testate localmente.

Riferimenti

Hugentobler, V. & Seifert, A. (2023). *AGE-Report V – Habiter, vieillir et voisiner*. Seismo Verlag. Disponibile (in tedesco e francese) alla pagina www.age-report.ch

Seifert, A. (2025). *Digital Seniors 2025 – La digitalizzazione nella vita quotidiana delle persone di 65 anni e più in Svizzera*. Pro Senectute Svizzera. Rapporto completo disponibile (in tedesco e francese) alla pagina <https://www.prosenectute.ch/it/esperti/pubblicazioni/studi-tematici/digital-seniors-2025.html>

Promozione Salute Svizzera (2022). *Promozione della salute per e con le persone anziane*, capitolo 6: Digitalizzazione nella promozione della salute in età avanzata. Disponibile alla pagina www.promozionesalute.ch/pubblicazioni o direttamente [qui](#)

Webinar «Digitalizzazione e salute delle persone anziane», organizzato da Promozione Salute Svizzera il 27 marzo 2025 con il contributo di Alexander Seifert.

Padlet collaborativo delle persone partecipanti al webinar – Sintesi delle considerazioni e dei bisogni emersi, esempi pratici.