Arriva una app per aiutare le donne ad affrontare la menopausa. E’ questo l’obiettivo di Vita Nova, un progetto biennale appena finanziato dalla Regione Toscana con oltre un milione di euro su fondi FAR-FAS e reso possibile grazie alla collaborazione fra l’Università di Pisa, l’Istituto di Informatica e Telematica del CNR e tre imprese toscane, Signo Motus, con il ruolo di capofila, Medea e Lucense.

“Vita Nova mira a costruire un’applicazione adattiva capace di proporre strategie personalizzate per migliorare lo stile di vita delle donne che si avvicinano alla menopausa, adattando i suggerimenti alla tipologia di persona, ai suoi sintomi, alla condizione individuale ed anche alle sue risorse di tempo o economiche”, ha spiegato il professore Tommaso Simoncini del dipartimento di Medicina Clinica e Sperimentale che coordina il progetto per l’Ateneo pisano con la collaborazione della professoressa Rita Biancheri.

L’app avrà dunque la capacità di monitorare continuamente i sintomi e le attività, verificando il successo o l’insuccesso degli interventi suggeriti e modificando in modo dinamico le strategie. In questo modo, Vita Nova motiverà le donne ad assumere stili di vita salutari, con l’obiettivo di porre le basi per un invecchiamento più sano ed una riduzione del rischio cardio-metabolico.

“La menopausa è un momento importante per ogni donna – ha concluso Tommaso Simoncini - e il cambiamento ormonale provoca sintomi che possono durare anche per molti anni, con rilevanti conseguenze per la vita sociale, familiare, lavorativa e relazionale che dunque vanno affrontate nel modo più consapevole e proficuo”.