



Presentazione del Progetto Prin PNNR 2022 *Continuing Education and Prevention for Active Aging. Fostering success stories in the transition from work to retirement*

Il progetto di ricerca Prin PNNR 2022 - Continuing Education and Prevention for Active Aging. Fostering success stories in the transition from work to retirement si propone di indagare la fase di transizione dal lavoro alla pensione, approfondendo il ruolo delle competenze trasversali e degli stili di vita nell'attivazione di un invecchiamento attivo.

Il responsabile del progetto è il Professor Fabio Togni, Professore Associato presso il Dipartimento di Formazione, Lingue, Intercultura, Letterature e Psicologia dell'Università degli Studi di Firenze.

La ricerca coinvolgerà un gruppo fiorentino, specializzato in pedagogia, e un gruppo bresciano medico-geriatrico, con l'obiettivo di ricostruire l'esperienza lavorativa e il passaggio alla pensione – sia imminente che già avvenuto – di professionisti nell'ambito dell'istruzione (docenti). Particolare attenzione sarà dedicata alle competenze trasversali, agli stili di vita e al livello di fitness che possono facilitare questa transizione e favorire un invecchiamento attivo, analizzando anche il ruolo del contesto lavorativo in tale processo.

Il progetto AGER mira a ricostruire, in modo olistico, biografie e traiettorie di transizioni di successo, promuovendo fitness, autoefficacia, autostima e un orientamento positivo al futuro.

Nello specifico, la ricerca si propone di rispondere alle seguenti domande:

- a) Quali correlazioni esistono tra lo stato di salute poco dopo/poco prima il pensionamento e il percorso biografico di acquisizione di stili di vita corretti?
- b) Quale impatto reale e percepito può esserci tra formazione continua, transizione efficace tra lavoro e pensionamento e propensione all'invecchiamento attivo?
- c) Quali possono essere le strategie che si possono mettere in campo a livello organizzativo per mobilitare competenze trasversali utili alla decisione personale verso stili di vita ottimali che possano avere effetti positivi sulla longevità, riducendo i rischi di disabilità nella tarda età adulta?
- d) Quali correlazioni esistono tra stili di vita, attività lavorativa e performance funzionali e cognitive degli anziani?

Ogni partecipante sarà coinvolto nella prima fase del progetto di ricerca, che si svolgerà in un'unica sessione della durata complessiva di circa 70-80 minuti. Le attività previste sono le seguenti:

- Compilazione di un questionario in formato cartaceo, con un tempo stimato di circa 15-20 minuti.
- Partecipazione a una batteria di test motori per la valutazione della forma fisica, sotto la supervisione di personale specializzato. In questa fase, ai partecipanti verrà richiesto di:



- 1) Camminare per sei minuti per misurare la distanza percorsa. L'attività potrà essere interrotta e ripresa in qualsiasi momento (6-Minute Walking Test - 6MWT).
- 2) Impugnare con la massima forza possibile uno strumento specifico per misurare la forza della presa manuale (Handgrip Test).
- 3) Sedere a terra con le gambe tese e divaricate. Con le braccia tese, portare le mani a terra e il più possibile in avanti (V-Sit and Reach).
- 4) Misurare peso, altezza e composizione corporea.
- 5) Rimanere in equilibrio su una sola gamba per un minuto al di sopra di un rialzo di pochi cm. In caso di perdita dell'equilibrio, il partecipante sarà supportato da un operatore sempre presente (Flamingo Balance Test).

Alcuni partecipanti, su base volontaria, potranno essere invitati a prendere parte alla seconda fase della ricerca, che si svolgerà immediatamente dopo la prima. Questa fase prevede:

- Un'intervista registrata con strumentazione specifica, finalizzata a ricostruire l'esperienza lavorativa e la fase di transizione dal lavoro alla pensione, sia imminente che già avvenuta.
- Un test per il controllo motorio del muscolo tibiale anteriore. Per quest'ultimo test verrà chiesto ai presenti di accomodarsi nella postazione indicata. Con l'ausilio di una strumentazione specifica, applicata in corrispondenza della gamba, verrà richiesto di eseguire alcune contrazioni.

I dati personali e i risultati delle attività raccolti saranno associati a un codice identificativo, che i partecipanti creeranno autonomamente basandosi su informazioni non condivise con i ricercatori. In questo modo, non sarà possibile correlare i dati personali ai risultati delle prove, garantendo una raccolta dati in forma pseudonimizzata¹.

Si sottolinea che tale progetto di ricerca ha ottenuto parere positivo dalla Commissione Etica per la Ricerca (Università degli Studi di Firenze) in data 28/10/2024

Per ogni dubbio, domanda o richiesta di chiarimento sulla ricerca in questione e sugli aspetti logistici è possibile rivolgersi ai seguenti indirizzi email:

¹ I dati personali non potranno essere attribuiti a un interessato specifico senza l'utilizzo di informazioni aggiuntive conservate separatamente e soggette a misure tecniche e organizzative intese a garantire che tali dati personali non siano attribuiti a una persona fisica identificata o identificabile



UNIVERSITÀ
DEGLI STUDI
FIRENZE

FORLILPSI
DIPARTIMENTO DI FORMAZIONE,
LINGUE, INTERCULTURA,
LETTERATURE E PSICOLOGIA

Prof. Fabio Togni, fabio.togni@unifi.it responsabile scientifico del progetto di ricerca

Dott. Francesco Casotti, francesco.casotti@unifi.it

Dott.ssa Debora Recupido, debora.recupido@unifi.it

La ringraziamo per la collaborazione,

Fabio Togni e il team di ricerca.