



Dottorando:

Giovanni Antonio De Bellis

Progetto di Ricerca:

Esercizio fisico come intervento terapeutico-riabilitativo nell'ambito della salute mentale: modelli predittivi

Abstract:

L'attività fisica e l'esercizio strutturato sono riconosciuti come strumenti fondamentali per la promozione della salute e la riabilitazione. In un'ottica di Global Health, rappresentano interventi a basso costo, sostenibili e culturalmente adattabili. Tuttavia, l'aderenza a programmi di esercizio resta una sfida. Il presente progetto di ricerca propone di sviluppare modelli predittivi in grado di stimare il livello di aderenza all'attività fisica e all'esercizio fisico (AF/EF) in persone a rischio o già affette da disturbi afferenti alla sfera della salute mentale, con l'obiettivo di progettare interventi preventivi e riabilitativi più efficaci e personalizzati. Il progetto si articolerà in tre fasi distinte ma complementari. La prima consisterà in una fase di revisione integrativa della letteratura, mirata a identificare i principali fattori biologici, psicologici e ambientali che influenzano la compliance all'AF/EF, con particolare attenzione alle risposte affettive e cognitive all'AF/EF. La seconda fase prevede la progettazione di sistemi di raccolta dati multimodali, basati su tecnologie digitali (app, sensori, test computerizzati, open data), e lo sviluppo di modelli predittivi tramite approcci avanzati (machine learning, analisi bayesiana, network analysis). Infine, uno studio clinico pilota permetterà di testare e validare tali modelli in una popolazione clinica, valutandone accuratezza, fattibilità e scalabilità. L'obiettivo finale è la creazione di strumenti innovativi ma accessibili, replicabili e sostenibili, in grado di promuovere l'adozione di programmi di esercizio terapeutico a beneficio anche della salute mentale. In tal modo, il progetto intende contribuire anche agli obiettivi più ampi della Global Health, offrendo soluzioni scalabili applicabili nei sistemi sanitari globali