

# UNIVERSITÀ DEGLI STUDI DI MILANO - BICOCCA



Una soluzione mobile based a supporto della  
terapia cognitivo comportamentale

Relatore

*Prof.ssa Daniela Micucci*

Correlatore

*Dott. Davide Ginelli*

Candidato

*Ionut Daniel Fagadau*

Matricola

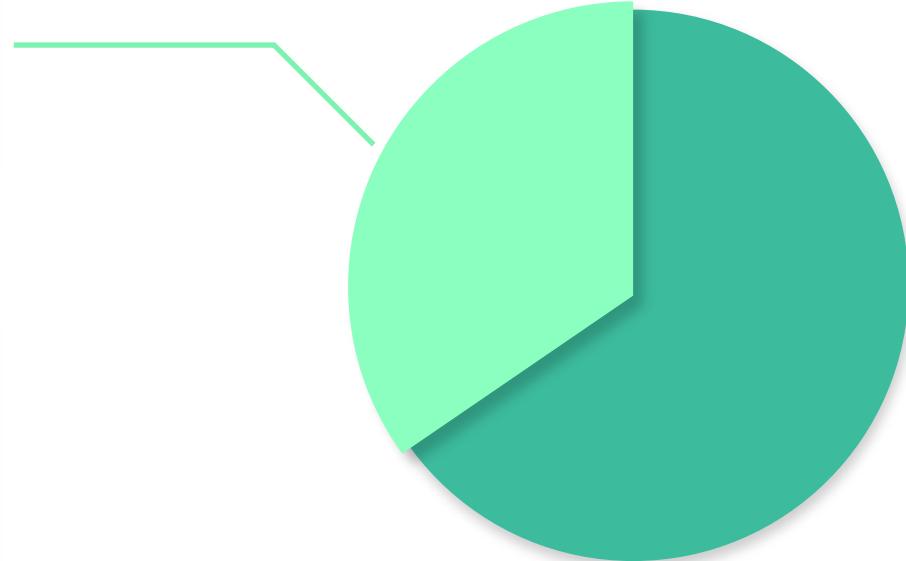
*845279*

# CONTESTO

Circa il 30% degli studenti universitari soffre di depressione e/o ansia<sup>1</sup>. La pandemia affrontata nell'ultimo anno ha inoltre peggiorato la situazione.



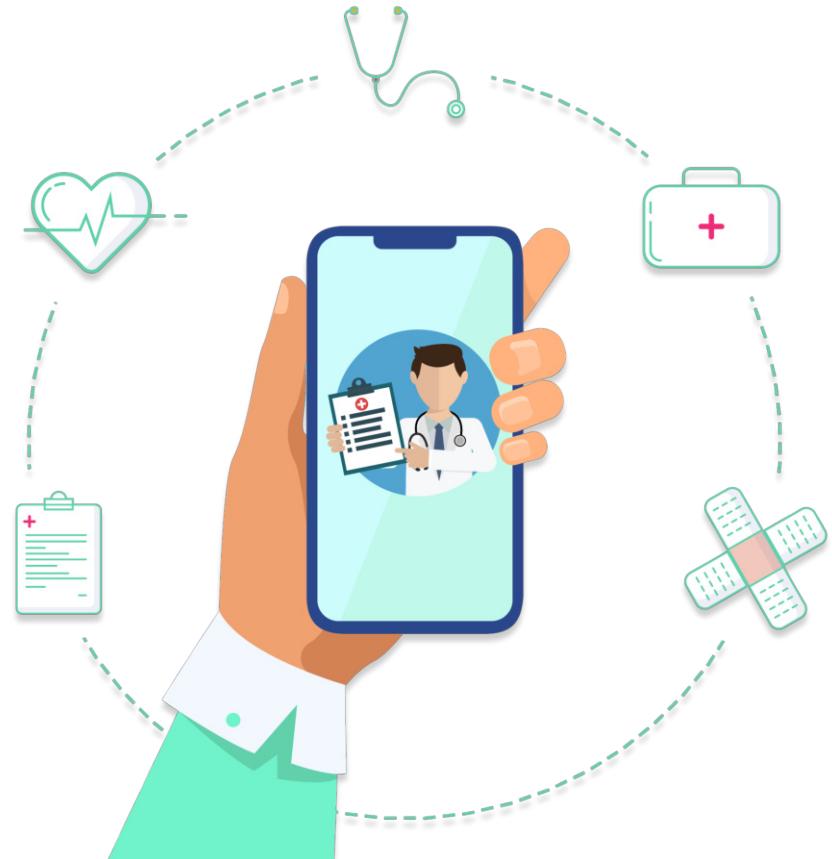
Spesso tutto ciò sfocia in problematiche più gravi come autolesionismo o abuso di sostanze



# mHEALTH

Diversi studi hanno ormai confermato come l'impiego di interventi **Internet-based** abbia un riscontro positivo sui pazienti che soffrono di disturbi comportamentali<sup>1</sup>.

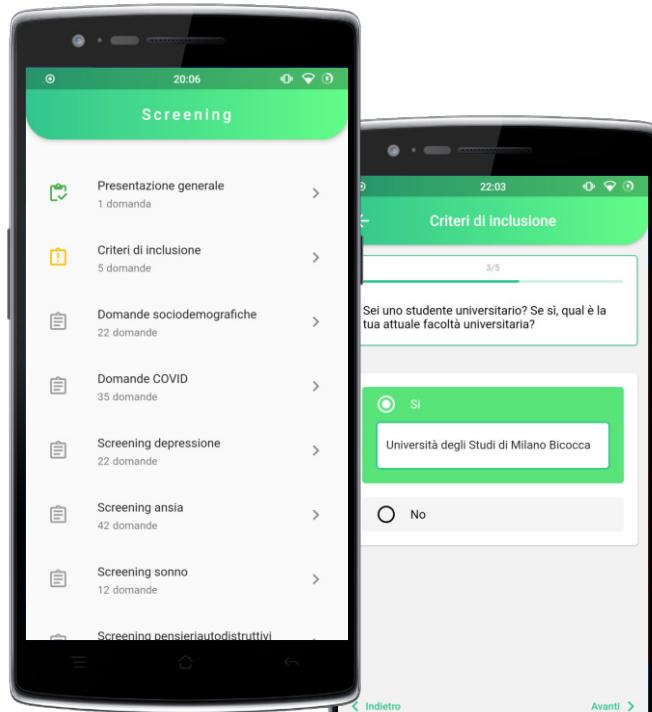
Questo, in combinazione con la grande diffusione degli **smartphone** ha permesso lo sviluppo della **Mobile Health (*mHealth*)**.



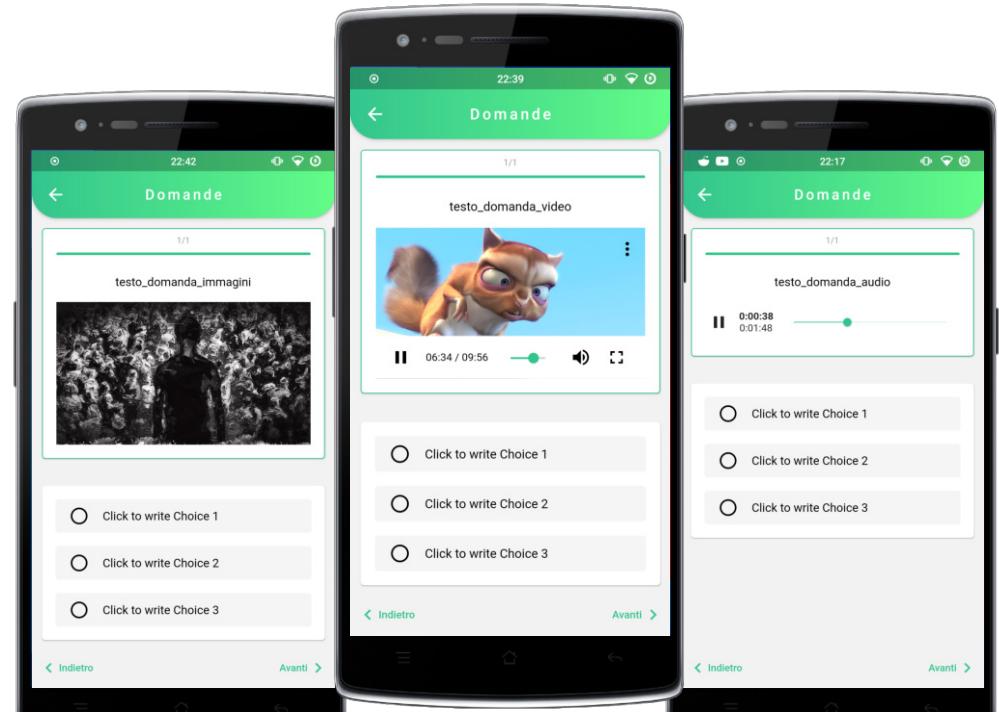
# OBIETTIVI STAGE

Realizzazione, in collaborazione col Dipartimento di Psicologia,  
di una prima soluzione Internet-based italiana in ambito universitario con supporto a

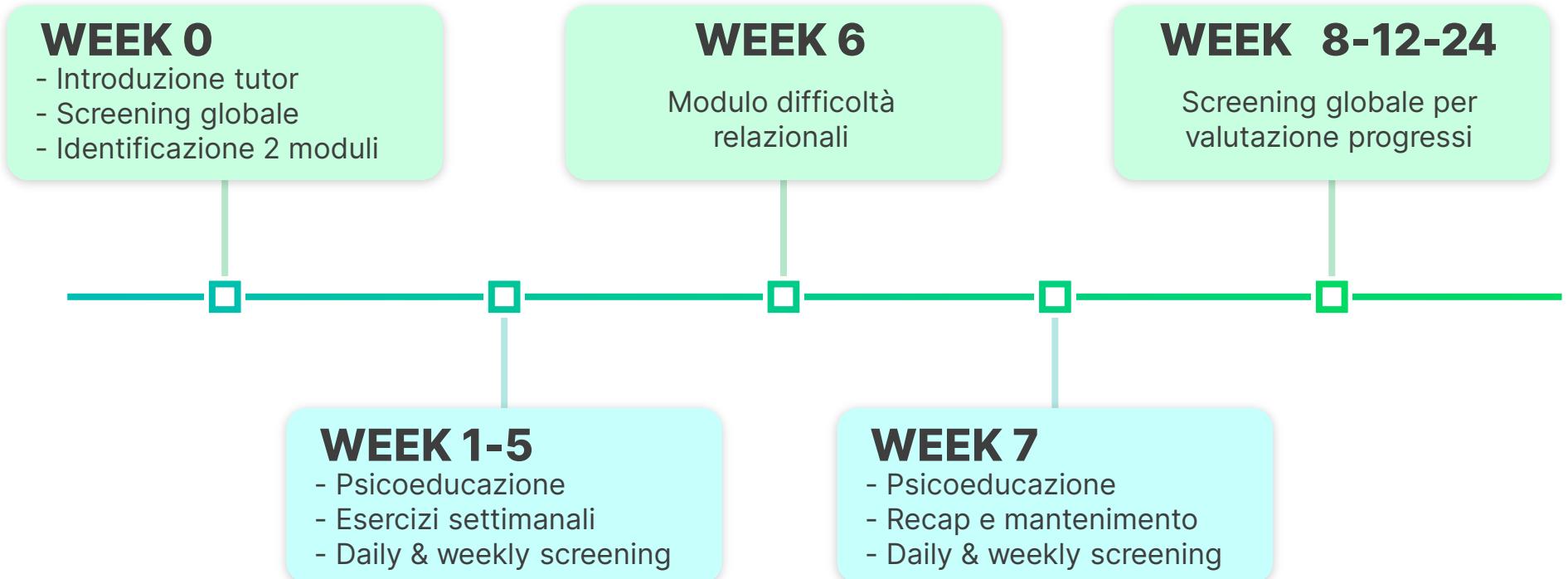
## Screening



## Percorso terapeutico



# TIMELINE PERCORSO



# CREAZIONE PERCORSO

A che categoria appartengono questi sintomi? Affaticamento/stanchezza, Aumento/perdita di peso...

Come valuti la qualità della tua vita?

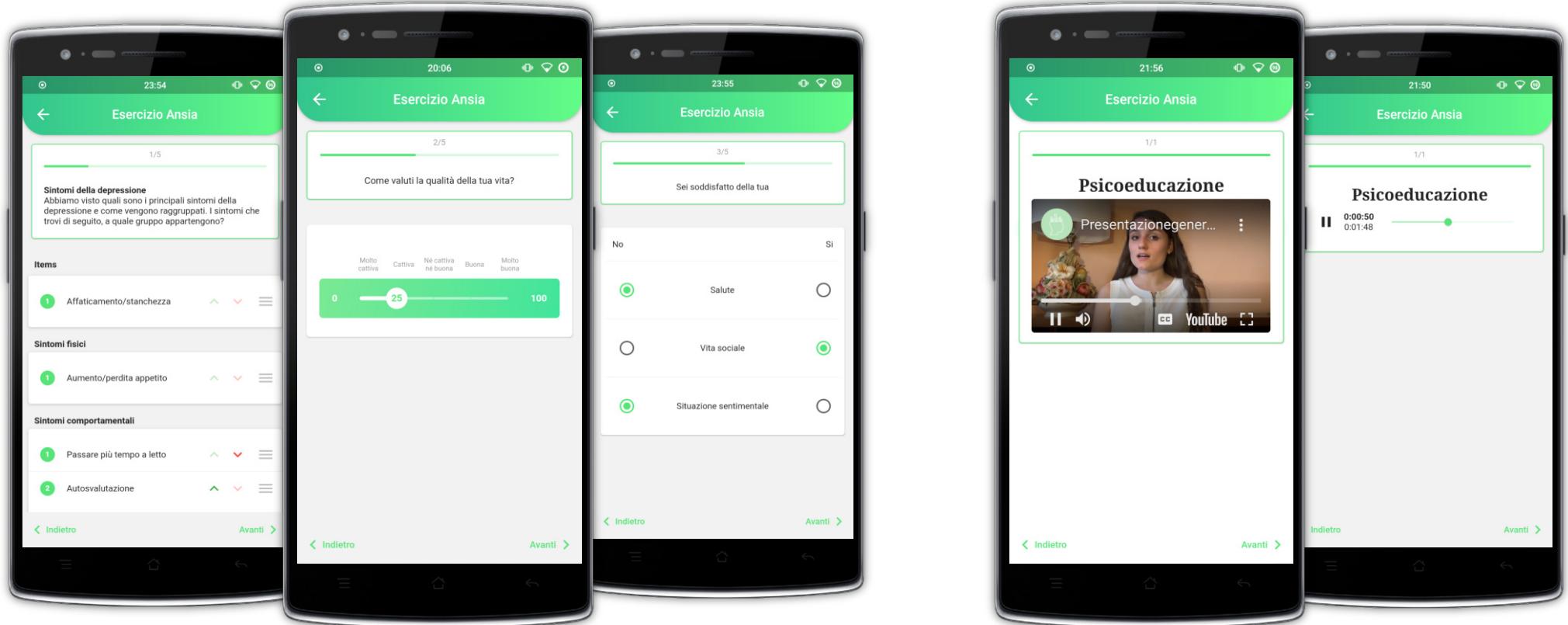
- Molto cattiva
- Cattiva
- Né cattiva né buona
- Buona
- Molto Buona

Sei soddisfatto della tua Salute/Vita sociale/Situazione sentimentale

- Sì / No



# IMPLEMENTAZIONE



# TECNOLOGIE UTILIZZATE



qualtrics<sup>XM</sup>

## Flutter

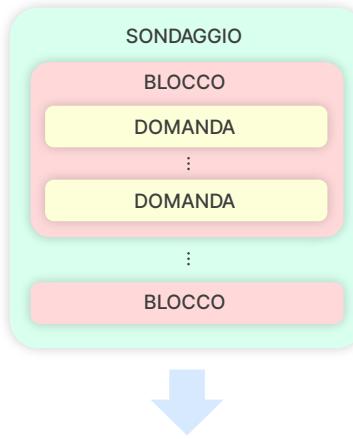
Framework multiplataforma  
con supporto ad **Android**,  
**iOS**, **Fuchsia**, **Web**, **Desktop**.

## Qualtrics

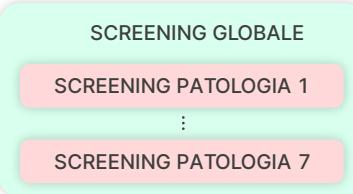
Piattaforma di indagini online  
che permette di creare  
sondaggi con diversi livelli di  
complessità.

# PROGETTAZIONE

## STRUTTURA QALTRICS



## STRUTTURA MINDBLOOMING



## WEEKLY ASSESSMENT

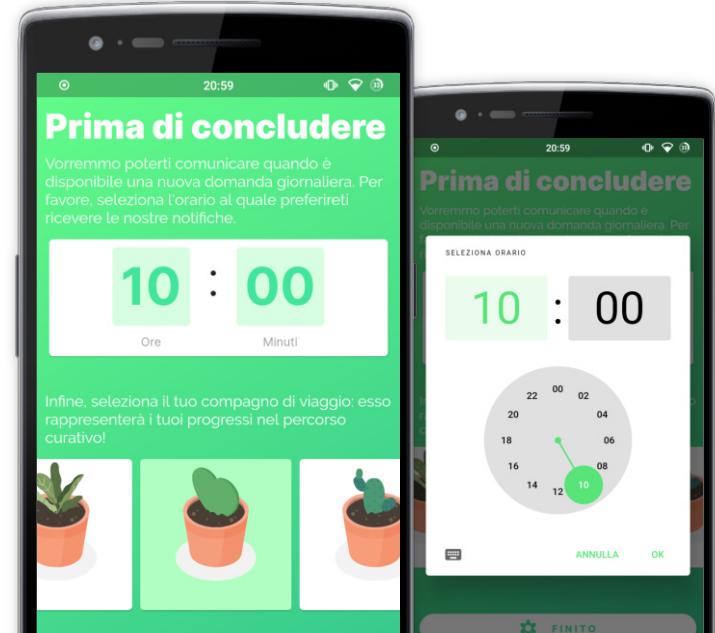
- PSICOEDUCAZIONE
- ESERCIZI

## DAILY SCREENING

- BLOCCO GIORNO 1
- ⋮
- BLOCCO GIORNO 7

Ogni blocco contiene anche una domanda *fittizia* che verrà compilata automaticamente dall'applicazione con un **UUID v4** generato al primo avvio ed associato all'utente garantendone l'**anonimato**.

Durante il primo avvio vengono anche scelte le impostazioni dell'applicazione, ovvero l'**orario di ricezione del daily screening** e la scelta di un **compagno di viaggio**.



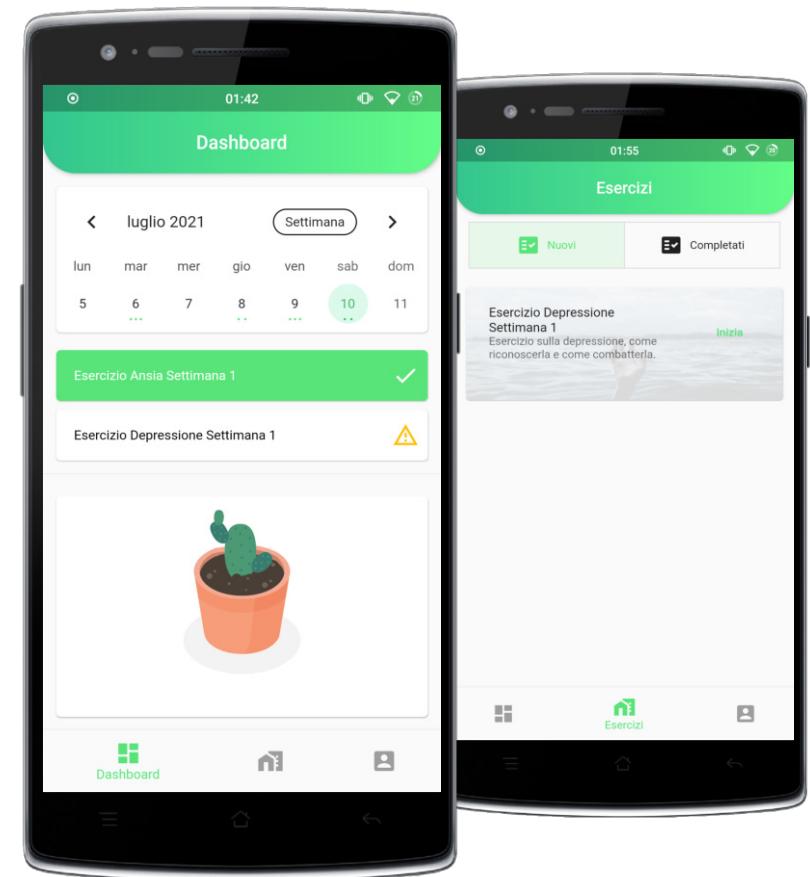
# CONCLUSIONI

Lo stage ha portato alla creazione di una prima versione dell'applicazione che verrà rilasciata ad un **campione pilota** di 30 studenti per testarne le funzionalità e l'impatto che potrebbe avere.

Alcuni sviluppi futuri prevedono

- aggiunta eCoaches
- adattamento applicazione a diverse organizzazioni e/o atenei

Il nostro team ha inoltre sottoposto il progetto a **University4Innovation (U4I)** ed è al momento in attesa di una risposta.



# GRAZIE PER L'ATTENZIONE

## IL NOSTRO TEAM



Prof.ssa  
Daniela Micucci



Dott.  
Davide Ginelli



Ionut Daniel  
Fagadau



Prof.ssa  
Raffaella Calati



Federica  
Trisolini



Gloria  
Bertuletti



Katiuscia  
Pia Lalopa



Marta  
Maisto



Lisa  
Peverelli



Marlene De  
Fabritiis



Alessia  
Pirola



Gaia  
Sala