



## **mySMART Diary: la prima web app a supporto dei terapeuti per la gestione dei pazienti con disturbi del comportamento alimentare (DCA)**

***Lanciata lo scorso ottobre, mySMART Diary è la prima web app internazionale dedicata ai disturbi del comportamento alimentare con Intelligenza Artificiale***

**Roma, 15 marzo 2025** – In occasione dell’**XIII Giornata nazionale del Focchetto Lilla, dedicata ai disturbi del comportamento alimentare (DCA)** del 15 marzo, la [Fondazione per la Sostenibilità Digitale](#) – la prima Fondazione di ricerca riconosciuta in Italia dedicata ad approfondire i temi della sostenibilità digitale nei suoi impatti ambientali, economici e sociali - fa il punto su **mySMART Diary**, la prima web app internazionale sviluppata per supportare terapeuti e pazienti nella gestione dei disturbi alimentari. Lanciata il 1° ottobre 2024, **mySMART Diary** rappresenta un'importante innovazione nel campo della salute mentale, fornendo strumenti digitali avanzati per migliorare il monitoraggio e il trattamento dei pazienti.

Negli ultimi anni, i disturbi alimentari hanno registrato un incremento preoccupante, colpendo sempre più giovani tra i 12 e i 14 anni. L’incidenza maggiore si osserva tra le ragazze, ma anche i casi tra i ragazzi sono in crescita. Secondo il Ministero della Salute, in Italia oltre 3 milioni di persone soffrono di DCA e nel 2023 sono stati registrati 3780 decessi legati a queste patologie, che rappresentano la seconda causa di morte tra i giovani dopo gli incidenti stradali. Questi numeri evidenziano l'urgenza di strumenti innovativi che possano affiancare il lavoro dei professionisti della salute mentale e migliorare il percorso terapeutico dei pazienti.

**mySMART Diary** si distingue per l’utilizzo di modelli di Intelligenza Artificiale e mentalizzazione, che permettono ai terapeuti di ottenere informazioni dettagliate sulle abitudini alimentari e sugli stati emotivi dei pazienti. La piattaforma raccoglie dati in tempo reale, consentendo di monitorare con maggiore precisione l’andamento della terapia. Il progetto è stato sviluppato con il supporto di Microsoft Italia e Almawave e coinvolge strutture sanitarie in Svizzera e in Italia, il reparto di psicoterapia dei Servizi Psichiatrici del Canton Grigioni e l’Azienda USL di Bologna.

*“L’obiettivo della Fondazione per la Sostenibilità Digitale è continuare a promuovere l’uso delle tecnologie digitali per affrontare le sfide della salute mentale, favorendo l’adozione di strumenti sempre più avanzati ed efficaci nella gestione dei disturbi del comportamento alimentare.” – ha*

*affermato **Stefano Epifani, Presidente della Fondazione per la Sostenibilità Digitale**, "mySMART Diary nasce nell'ambito del programma Digital4Aid, un'iniziativa di beneficenza promossa dalla Fondazione con il sostegno dei partner degli Stati Generali per la Sostenibilità Digitale. L'obiettivo è quello di sviluppare annualmente soluzioni innovative che, grazie alla sostenibilità digitale, possano affrontare le sfide poste dagli Obiettivi di Sviluppo Sostenibile (SDG) dell'Agenda 2030 dimostrando come la tecnologia digitale, se correttamente approcciata, sia uno strumento imprescindibile per la sostenibilità." ha concluso **Epifani**.*

Il progetto è rivolto ai terapeuti dei Centri per i disturbi del comportamento alimentare (DCA) ed è stato realizzato in collaborazione con [Microsoft Italia](#), che ha messo a disposizione la piattaforma di Intelligenza Artificiale e [Almawave](#), che ha sviluppato l'applicativo, le interfacce conversazionali e la dashboard di analisi. Il progetto è stato reso possibile anche grazie al contributo di [Deda.Next](#), [DXC Technology Italia](#), [R1 Group](#) e [Sopra Steria](#), partner degli [Stati Generali della Sostenibilità Digitale](#), un'iniziativa della Fondazione per la Sostenibilità Digitale che affianca i CIO delle grandi aziende pubbliche e private nel comprendere come la trasformazione digitale possa supportare la sostenibilità.

## Come funziona mySMART Diary :

Il progetto [mySMART Diary](#) si basa innanzitutto sul principio di monitorare le abitudini alimentari nei trattamenti dei pazienti con disturbi del comportamento alimentare. La prima funzione offerta dalla web app è proprio quella di consentire la registrazione digitale dei comportamenti alimentari nel diario alimentare digitale. Il paziente può utilizzare il proprio smartphone per annotare il proprio comportamento relativo al cibo, e aggiungere a ciò la registrazione dell'evento che, secondo lui, ha scatenato o influenzato quel comportamento alimentare (ad esempio, una lite o un conflitto interiore) e quali emozioni ha provato in quel momento.

Il tipo di comportamento alimentare, l'evento scatenante e l'emozione provata creano un "trigger" che attiva l'Intelligenza Artificiale. Quest'ultima suggerisce all'utente la lettura di una storia specifica, selezionata in base alle informazioni precedentemente fornite, tratta da favole o episodi di serie televisive sul tema, o che sono particolarmente vicine alla sensibilità dei giovani di oggi. Invita poi l'utente a cogliere il significato principale della storia e, successivamente, a immedesimarsi nei personaggi e a riflettere su cosa avrebbe fatto lui al posto del personaggio, quali pensieri avrebbe avuto e quali emozioni avrebbe provato nel compiere determinate azioni.

Attraverso questo dialogo, l'Intelligenza Artificiale sviluppa una comprensione della narrazione fornita dal paziente e, grazie a questa interazione, riesce a elaborare un profilo di mentalizzazione, allo scopo di valutare la capacità della persona di comprendere i propri pensieri ed emozioni, nonché i pensieri e le intenzioni delle persone con cui si relaziona. Il profilo di mentalizzazione viene poi messo a disposizione e visualizzato sulla dashboard del terapeuta, che può così confrontarlo con le sue impressioni e valutazioni cliniche, facilitandone così il lavoro.

[mySMART Diary](#) consente anche, grazie all'Intelligenza Artificiale, di elaborare il meta-profilo di quel paziente per capire se, in un determinato intervallo di tempo, ci sono stati progressi o regressi nella capacità di mentalizzare.

Grande attenzione è stata posta in due aspetti specifici: la privacy degli utenti e la sostenibilità complessiva dell'applicazione. In relazione al primo punto mySMART Diary utilizza un motore di

Intelligenza Artificiale “stateless”, ovvero che non mantiene memoria o contesto delle interazioni passate durante una sessione o tra diverse sessioni. Ogni richiesta o input viene trattata in modo isolato e indipendente, senza tenere traccia di ciò che è stato detto o fatto in precedenza. In relazione al secondo punto, l’applicazione è stata sviluppata adottando la prassi UNI 147:2023 sviluppata dalla Fondazione stessa per UNI, l’Ente Italiano di Normazione.

## La roadmap:

[mySMART Diary](#) non sviluppa né gestisce alcun approccio terapeutico con il paziente, ma rappresenta uno strumento a disposizione dei terapeuti per migliorare il decorso dei pazienti e monitorarne i progressi.

I terapeuti che vorranno aderire al programma potranno farlo scrivendo all’indirizzo: [mysmartdiary@sostenibilitadigitale.it](mailto:mysmartdiary@sostenibilitadigitale.it)

####

Per ulteriori informazioni o approfondimenti, visitare il sito: [www.sostenibilitadigitale.it](http://www.sostenibilitadigitale.it)

### Informazioni su Fondazione per la Sostenibilità Digitale:

La [Fondazione per la Sostenibilità Digitale](#) è la prima Fondazione di Ricerca in Italia che analizza le correlazioni tra trasformazione digitale e sostenibilità con l’obiettivo di supportare istituzioni e imprese nella costruzione di un futuro migliore. La sua mission è quella di studiare le dinamiche indotte dalla trasformazione digitale, con particolare riferimento agli impatti sulla sostenibilità ambientale, culturale, sociale ed economica. In quest’ottica la Fondazione sviluppa attività di ricerca, fornisce letture ed interpretazioni della trasformazione digitale, offre indicazioni operative per gli attori coinvolti, intercetta i trend del cambiamento e ne analizza gli impatti rispetto allo sviluppo sostenibile. La Fondazione agisce attraverso una struttura costituita da esperti indipendenti, istituzioni, imprese e università.

Ai soci e partner della Fondazione si affianca la Rete delle Università che costituisce il sistema di competenze al quale fa riferimento la Fondazione per lo sviluppo dei suoi progetti e che rappresenta un esempio virtuoso di collaborazione tra istituzioni ed aziende nello sviluppo di progetti e di attività dedicati alla sostenibilità digitale. Tra le Università che fanno parte della Rete, **l’Università Sapienza di Roma, l’Università di Pavia, l’Università Ca’ Foscari di Venezia, l’Università degli Studi di Cagliari, l’Università degli Studi di Palermo, l’Università degli Studi di Firenze, l’Università degli Studi di Trieste, l’Università di Perugia, l’Università per Stranieri di Perugia, l’Università di Siena, l’Università degli Studi di Urbino Carlo Bo, l’Università degli Studi di Torino, l’Istituto di Studi Politici “S. Pio V”, l’Università degli Studi di Sassari, l’Università di Padova VSIX, l’Università del Salento, l’Università degli Studi della Tuscia, l’Alma Mater Studiorum di Bologna**

### Contatti per la stampa:

#### Prima Pagina Comunicazione

Laura Castellazzi

[laura@primapagina.it](mailto:laura@primapagina.it)

cell 351 8739212