

Ερευνητικά Δεδομένα

Τίτλος Μελέτης: Καινοτόμα εφαρμογή εικονικής πραγματικότητας για φυσική και γνωστική εξάσκηση ηλικιωμένων με ήπια γνωστική διαταραχή

Θεματική Ενότητα: Άσκηση και ψυχική υγεία

Συγγραφείς: Χασάνδρα, Μ., Γαλάνης, Ε., Χατζηγεωργιάδης, Α., Γούδας, Μ., Μουζακίδης, Χ., Καραθανάση, Μ.Ε., Πετρίδου, Ν., Τσολάκη, Μ., Ζήκας, Π., Ευαγγέλου, Γ., Παπαγιαννάκης, Γ., Μπέλλης, Γ., Κοκκότης, Χ., Παναγιωτόπουλος, Σ.Ρ., Γιάκας, Γ., & Θεοδωράκης, Γ.

Σχολή και Τμήμα όπου έλαβε χώρα η μελέτη: (α) Τμήμα Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού, Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας / (β) Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συναφών Διαταραχών / (γ) Τμήμα Ιατρικής Σχολής Επιστημών Υγείας, Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης / (δ) ORamaVR S.A., Science and Technology Park of Crete / (ε) Institute of Computer Science, Foundation for Research and Technology – Hellas / (στ) Biomechanical Solutions Engineering

Τύπος Έρευνας: Ποσοτική και ποιοτική

Σκοπός της μελέτης: Σκοπός της μελέτης ήταν ο σχεδιασμός, η ανάπτυξη και η αξιολόγηση μιας εφαρμογής άσκησης σε στατικό ποδήλατο, εντός περιβάλλοντος εικονικής πραγματικότητας (VRADA) που θα επιτρέπει σε ηλικιωμένα άτομα με ήπια γνωστική διαταραχή να εξασκούν ταυτόχρονα φυσικές και γνωστικές δεξιότητες.

Αποτελέσματα: Οι συμμετέχοντες έδειξαν υψηλή προτίμηση για την εξάσκηση με την εφαρμογή VRADA. Επίσης, παρουσίασαν υψηλή βαθμολογία: (α) στην πρόθεση για μελλοντική χρήση της εφαρμογής, (β) στην ευκολία της εκπαίδευσης της εφαρμογής, και (γ) στην απόλαυση που τους παρείχε η εφαρμογή. Τέλος, υψηλή βαθμολογία καταγράφηκε για την χρησιμότητα της εφαρμογής (πολύ πιο πάνω από το όριο αποδοχής).

Συμπεράσματα: Συνολικά τα ευρήματα δείχνουν ότι η εφαρμογή VRADA είναι ένα καινοτόμο και πολύ ελκυστικό σύστημα για τη φυσική και γνωστική εξάσκηση ηλικιωμένων ατόμων με ήπια γνωστική διαταραχή.

Επίδραση των αποτελεσμάτων στην κοινωνία: Με την εφαρμογή VRADA ο καθένας θα μπορεί να εξασκείται στο χώρο του, τόσο σωματικά, όσο και γνωστικά, αυξάνοντας έτσι την ασφάλεια, αλλά και τη συνολική φυσική δραστηριότητα ημερησίως.

Χρήση των δεδομένων στην διδασκαλία των φοιτητών: Παρουσίαση των αποτελεσμάτων σε σχετικά προπτυχιακά και μεταπτυχιακά μαθήματα, αλλά και σε επιστημονικά συνέδρια και εξειδικευμένα σεμινάρια.

Hassandra, M., Galanis, E., Hatzigeorgiadis, A., Goudas, M., Mouzakidis, M., Karathanasi, E., Petridou, N., Tsolaki, M., Zikas, P., Evangelou, G., Papagiannakis, G., Bellis, G., Kokkotis, C., Panagiotopoulos, S.R., Giakas, G., Theodorakis, Y. (2021). *A Virtual Reality App for Physical and Cognitive Training of Older People With Mild Cognitive Impairment: Mixed Methods Feasibility Study*. *JMIR Serious Games*, 24;9(1):e24170. doi: 10.2196/24170.

Αποθετήριο: <https://games.jmir.org/2021/1/e24170>