



UNIVERSITA' DEGLI STUDI DI CAGLIARI

DIPARTIMENTO DI SCIENZE MEDICHE E SANITA' PUBBLICA

BANDO N. 19 del 16/09/2021

**SELEZIONE PER L'ATTRIBUZIONE DI N. 1 BORSA DI RICERCA DAL TITOLO:
L'attività fisica e la socialità nella prevenzione e promozione dell'invecchiamento attivo**

IL DIRETTORE DEL DIPARTIMENTO

CONSIDERATO il finanziamento per borse di ricerca da parte del prof. Matthias Angermeyer, da destinare a titolo di cofinanziamento al progetto di ricerca dal titolo "L'attività fisica e la socialità nella prevenzione e promozione dell'invecchiamento attivo" della A.O.U. di Cagliari finanziato dalla Fondazione di Sardegna, Responsabile Scientifico prof. Mauro Giovanni Carta, professore ordinario del Dipartimento di Scienze Mediche e Sanità Pubblica;

VISTO lo Statuto dell'Università degli Studi di Cagliari;

VISTA la Legge 30.12.2010, n° 240, recante "Norme in materia di organizzazione delle università, di personale accademico e reclutamento, nonché delega del Governo per incentivare la qualità e l'efficienza del sistema universitario", ed in particolare l'art. 18, co.5, lett. f;

VISTA la Legge 04.04.2012, n° 35 di "Conversione in legge, con modificazioni, del decreto legge 9 febbraio 2012, n° 5, recante disposizioni urgenti in materia di semplificazione e di sviluppo" ed in particolare l'art. 49, comma 1, lett. h), che modifica l'art. 18, comma 5, lett. f) della suddetta legge 240/2010;

VISTO il Regolamento di Ateneo per il conferimento delle borse di ricerca;

CONSIDERATA la richiesta del prof. Mauro Giovanni Carta di avvio della procedura selettiva per il conferimento di n. 1 (una) borsa di ricerca, della durata di MESI 2,5 (due mesi e mezzo) e dell'importo di € 3.333,33 (Euro tremilatrecentotrentatré/33) lordi comprensivi degli eventuali oneri a carico dell'Ateneo, dal titolo "L'attività fisica e la socialità nella prevenzione e promozione dell'invecchiamento attivo";

CONSIDERATA la necessità ed urgenza di attivare la procedura di selezione causa avvio delle attività progettuali, con successiva ratifica della presente Disposizione nel primo C.d.D. utile;

ACCERTATA la disponibilità di budget sul codice progetto: BORSE_RICALTRO_CTC_2020_CARTA_02; voce COAN: UA.00.38/A.15.01.02.04.01.01;

D I S P O N E

ARTICOLO UNO

(Caratteristiche)

E' indetta la selezione pubblica, per titoli e colloquio, per il conferimento di n. 1 (una) borsa di ricerca con le seguenti caratteristiche:

Provenienza fondi: Convenzione per finanziamento borse di ricerca Matthias Angermeyer;

Progetto: "L'attività fisica e la socialità nella prevenzione e promozione dell'invecchiamento attivo"

Scadenza progetto: 31/12/2021

Struttura presso la quale si svolgerà l'attività: Università degli Studi di Cagliari, Dipartimento di Scienze Mediche e Sanità Pubblica.

Responsabile Scientifico: prof. Mauro Giovanni Carta

Durata: 2,5 mesi.

Importo (al lordo degli eventuali oneri a carico dell'Ateneo): di € 3.333,33 (Euro tremilatrecentotrentatré/33)

Titolo (Italiano): L'attività fisica e la socialità nella prevenzione e promozione dell'invecchiamento attivo

Oggetto del programma e/o della specifica ricerca (Italiano):

Il 36% degli italiani avrà più di 65 anni nel 2050. L'invecchiamento è associato ad aumento di malattie croniche e anni di vita con disabilità (DALY), con impatto sui costi sociali e sanitari. L'Unione Europea ha indicato come priorità futura promuovere l'invecchiamento attivo. Programmi di stimolo all'esercizio fisico e alla socialità con coinvolgimento in attività culturali, di inclusione sociale e training fisico, consentono di contrastare la disabilità legata all'invecchiamento e alle malattie croniche, migliorare la qualità della vita e i ritmi biologici e comprendere il ruolo che uno stile di vita attivo può avere nel benessere di persone anziane.

Progetto formativo:

L'intervento vuole promuovere l'invecchiamento attivo in un consistente gruppo di anziani cagliaritari. L'obiettivo primario è il miglioramento della qualità di vita delle persone coinvolte. Obiettivo secondario è raccogliere notizie su come le variabili di rischio e/o resilienza possano interagire nel tempo. L'azione verifica anche la possibilità dell'introduzione nella quotidianità dell'uso di strumenti obiettivi/app di monitoraggio delle funzioni motorie e delle cadute.

Attività previste:

Verrà effettuato un intervento di tipo preventivo su 200 anziani over 65 del cagliaritano. Il reclutamento avverrà attraverso il coinvolgimento dei medici di medicina generale, e il contatto delle persone che hanno partecipato a pregresse azioni CONI-Università di Cagliari-Azienda Mista (vedasi "A Chent'annos"). Le persone interessate saranno sottoposte a visita per idoneità ad attività sportiva non agonistica. Verranno inclusi partecipanti con età superiore a 65 anni, ambo sessi, con BMI= 35, anche con patologie cardiovascolari e dismetaboliche lievi e ma esenti da condizioni gravi cardiovascolari, metaboliche, neurologiche, broncopulmonari, renali o che effettuino dialisi; con problemi di deambulazione autonoma; esenti da glaucoma o distacco di retina; esenti da neoplasia maligna in corso. Ciascun partecipante che avrà superato la visita medica compilerà un modulo di consenso informato e una scheda anagrafica; sarà sottoposto a una breve intervista sulle abitudini alimentari; gli stili di vita; il profilo di sedentarietà o l'esercizio fisico in corso o pregresso, le attività culturali (es università della terza età). Il benessere psicofisico sarà misurato tramite questionari: SF-12 per la misura della qualità della vita percepita; PHQ-9 per lo screening dei disturbi depressivi; ACE-R (Addenbrooke's Cognitive Examination) e Mini Mental State Examination (MMSE) per le abilità cognitive; IPAQ (International Physical Activity Questionnaire), per tipo e quantità di attività fisica effettuata negli ultimi 7 giorni. Ad un sottogruppo del campione di 40 partecipanti volontari verrà consegnato un braccialetto, con dispositivo "Advanced Controller", con certificazione CE, FCC, FDA con sensore per rilevare numerosi parametri fisiologici oltre che la frequenza di caduta nel tempo.

Le persone reclutate e che avranno superato la visita medica saranno riunite in 10 gruppi di 20 persone, saranno condotte due sedute per gruppo con modalità di focus group nelle quali sarà illustrato il razionale dell'intervento oltre che elementi pratici sull'invecchiamento attivo. Dopo questa fase per quattro mesi saranno organizzate attività di gite archeologico culturali nell'interland cittadino con scadenza bisettimanale dal marzo a giugno e sedute di taijiquán. Le attività prevederanno quindi esercizi fisici leggeri e attività culturali. Gli strumenti di valutazione saranno riproposti dopo tre, sei e nove mesi per monitorare l'impatto e la riuscita dell'intervento.

Obiettivi formativi: Il borsista dovrà supportare la conduzione dell'intervento negli anziani, in particolare il borsista dovrà supportare il Responsabile Scientifico nella conduzione le sedute con modalità di focus group nelle quali sarà illustrato il razionale dell'intervento oltre che elementi pratici sull'invecchiamento attivo.

Titolo (Inglese): Physical exercise and social inclusion in the prevention and promotion of active aging

Oggetto del programma e/o della specifica ricerca (Inglese): 36% of Italians will be over 65 in 2050. Aging is associated with an increase in chronic diseases and years of life with disabilities (DALY), with an impact on social and health costs. The European Union has indicated promoting active aging as a future priority. Programs to stimulate physical exercise and sociality with involvement in cultural activities, social inclusion and physical training, allow to fight the disability linked to aging and chronic diseases, improve the quality of life and biological rhythms and understand the role that an active lifestyle can have in the well being of old adults. Training project: The intervention aims to promote active aging in a large group of elderly people from Cagliari. The primary goal is to improve the quality of life of the people involved. Secondary objective is to gather information on how risk and / or resilience variables can interact over time. The action also verifies the possibility of introducing in everyday life the use of objective tools / apps for monitoring motor functions and falls. Planned activities: A preventive intervention will be carried out on 200 elderly people over 65 from Cagliari. Recruitment will take place through the involvement of general practitioners, and the contact of the people who have participated in previous CONI-University of Cagliari-Azienda Mista actions "A Chent'annos". Involved people will undergo a medical evaluation for suitability for non-competitive sporting activities. Participants over the age of 65, of both sexes, with BMI = 35, also with mild cardiovascular and dysmetabolic pathologies and free from serious cardiovascular, metabolic, neurological, bronchopulmonary, renal conditions or who undergo dialysis will be included; with independent walking problems; free from glaucoma or retinal detachment; free from ongoing malignancy. Each participant who has passed the medical examination will fill in an informed consent form and a personal data sheet; will be subjected to a short interview on eating habits; lifestyles; the profile of sedentary lifestyle or current or previous physical exercise, cultural activities (e.g. third age universities). Psychophysical well-

being will be measured through questionnaires: SF-12 for the measurement of the perceived quality of life; PHQ-9 for screening for depressive disorders; ACE-R (Addenbrooke's Cognitive Examination) and Mini Mental State Examination (MMSE) for cognitive skills; IPAQ (International Physical Activity Questionnaire), by type and amount of physical activity carried out in the last 7 days. A subgroup of the sample of 40 volunteer participants will be given a bracelet, with an "Advanced Controller" device, with CE, FCC, FDA certification, with sensor to detect numerous physiological parameters as well as the frequency of fall over time. The people recruited and who have passed the medical examination will be gathered in 10 groups of 20 people, two sessions will be conducted per group with focus group modalities in which the rationale of the intervention will be illustrated as well as practical elements on active aging. After this phase, for four months, archaeological and cultural excursions will be organized in the city hinterland with a biweekly expiration from March to June and tàijíquán sessions. The activities will therefore include light physical exercises and cultural activities. The evaluation tools will be re-proposed after three, six and nine months to monitor the impact and success of the intervention. Educational objectives: The fellow must support the conduct of the intervention in the elderly, in particular the fellow must support the Scientific Manager in conducting the sessions with focus group modalities in which the rationale of the intervention will be illustrated as well as practical elements on active aging.

ARTICOLO DUE

(Requisiti per l'accesso, incompatibilità)

Possono partecipare alla selezione i candidati che alla data di scadenza del termine utile per la presentazione della domanda di partecipazione, sono in possesso dei seguenti requisiti:

- a) Laurea triennale in: Tecnica della Riabilitazione Psichiatrica.

La partecipazione alla selezione è libera, senza limitazioni in relazione alla cittadinanza.

La borsa di ricerca non è cumulabile con altre borse a qualsiasi titolo conferite, tranne con quelle concesse da Istituzioni nazionali o straniere utili ad integrare, con soggiorni all'estero, l'attività del borsista.

La borsa di ricerca è incompatibile con la frequenza di corsi di dottorato di ricerca con borsa e di specializzazione medica, in Italia e all'estero.

La borsa di ricerca è incompatibile con rapporti di lavoro subordinato, fatta salva la possibilità che il borsista venga collocato in aspettativa senza assegni.

La borsa di ricerca è incompatibile con attività di lavoro autonomo, anche parasubordinato, fatta salva l'ipotesi in cui:

- a) tale attività sia dichiarata dal Responsabile Scientifico compatibile con l'esercizio dell'attività di formazione di cui alla Borsa di ricerca;
- b) non comporti conflitto di interessi con la specifica attività di formazione svolta dal borsista;
- c) non rechi pregiudizio all'Università, in relazione alle attività svolte;
- d) tale attività risulti residuale in termini di tempo rispetto a quella di formazione di cui alla borsa di ricerca.

La durata complessiva dei rapporti instaurati con i titolari di borsa, assegno di ricerca di cui all'art. 22 della L. 240/2010 e contratti di cui all'art. 24 L. 240/2010 non può superare i dodici anni, anche non continuativi. Ai fini della durata dei predetti rapporti non rilevano i periodi trascorsi in aspettativa per maternità o per motivi di salute secondo la normativa vigente.

ARTICOLO TRE

(Domanda di partecipazione)

Le domande di ammissione alla selezione, redatte su carta semplice secondo lo schema in **Allegato A** potranno essere inviate unicamente a mezzo posta elettronica certificata all'indirizzo protocollo@pec.unica.it,

improrogabilmente entro il 3 OTTOBRE 2021.

Non si terrà conto delle domande pervenute oltre il termine di scadenza.

Alla domanda il candidato dovrà allegare:

- a) **autocertificazione relativa al luogo di nascita, cittadinanza, residenza, codice fiscale e alla insussistenza delle situazioni di incompatibilità** di cui all'art. 2 del presente bando;
- b) **curriculum formativo e professionale;**
- c) **dichiarazione sostitutiva di certificazioni**, rilasciata ai sensi del D.P.R. 28.12.2000, n° 445, relativamente al possesso dei titoli valutabili, redatta secondo lo schema in All. B, con tutti gli elementi richiesti;
- d) **pubblicazioni**, allegate in copia originale, ovvero in copia fotostatica con allegata dichiarazione sostitutiva di atto di notorietà attestante la conformità all'originale (All. C), rilasciata ai sensi del D.P.R. 28.12.2000, n. 445;
- e) se i titoli di studio richiesti per l'accesso sono stati conseguiti all'estero, **copia del provvedimento di riconoscimento** che ne attesta la validità in Italia. Nel caso in cui detto riconoscimento non sia ancora stato

effettuato, l'equivalenza verrà valutata, unicamente ai fini dell'ammissione del candidato alla selezione, dalla Commissione Giudicatrice;

f) **fotocopia fronte/retro di un documento di identità in corso di validità;**

g) **elenco** in carta libera dei documenti e dei titoli presentati in allegato alla domanda.

L'invio della domanda di partecipazione alla selezione a mezzo PEC dovrà riportare nell'oggetto:

Domanda di partecipazione BANDO N. 19-2021 - Responsabile scientifico: prof. Mauro Giovanni Carta

Non verranno presi in considerazione i titoli presentati a questa Amministrazione oltre il termine utile per la presentazione delle domande di partecipazione alla selezione.

ARTICOLO QUATTRO

(Commissioni giudicatrici e selezione dei candidati)

La Commissione giudicatrice è nominata, ai sensi dell'art. 5, comma 1 del Regolamento d'Ateneo, con Disposizione Direttoriale, ed è composta di norma, da tre docenti di ruolo afferenti a settori scientifico disciplinari affini alla tematica della ricerca. La Commissione giudicatrice può altresì essere integrata da uno o più componenti designati dal soggetto finanziatore in qualità di esperti.

La Commissione giudicatrice, verificati i requisiti di ammissione, definisce preliminarmente le modalità e i criteri di valutazione dei titoli previsti nel bando ed il punteggio minimo per l'ammissione al colloquio, disponendo di 100 punti, di cui 60 punti per la valutazione dei titoli e 40 per la valutazione del colloquio.

La selezione avviene mediante la valutazione preliminare dei titoli presentati da ciascun candidato con l'attribuzione del relativo punteggio, ed in un successivo colloquio volto ad accertare l'idoneità dei candidati ammessi.

I candidati, per sostenere la prova, dovranno esibire un valido documento di riconoscimento.

Sono titoli valutabili:

- a) Pubblicazioni scientifiche attinenti: fino a 20 punti
- b) Comprovata esperienza nella ricerca e nella assistenza psicosociale: fino a 20 punti.
- c) Altri titoli attinenti: fino a 20 punti.

Il colloquio specialistico si svolgerà in modalità telematica via Skype, in data 05/10/2021, ore 13.00.

Dopo tre tentativi di avvio della connessione nella data e orario concordato, il candidato si considera non presentato.

Saranno inviate comunicazioni sulle modalità di connessione all'indirizzo email indicato nella domanda di partecipazione.

Al termine dei lavori valutativi, la commissione compilerà la relativa graduatoria di merito sulla base della somma dei punteggi riportati da ciascun candidato rispettivamente nella valutazione dei titoli e nel colloquio. A parità di punteggio prevale il candidato più giovane.

Gli esiti della selezione sono pubblicati nel sito web del Dipartimento, sezione Atti Amministrativi>Bandi e Selezioni, all'indirizzo https://www.unica.it/unica/it/dip_scienzemedsanpub_17.page.

ARTICOLO CINQUE

(Conferimento della borsa di ricerca, avvio e conclusione dell'attività)

Gli atti sono approvati con Disposizione Direttoriale, previo accertamento dei requisiti richiesti, e pubblicati sul sito web del Dipartimento.

La data di inizio e le modalità di svolgimento dell'attività di ricerca presso la struttura universitaria di riferimento, alla quale il borsista ha diritto di accedere con l'obbligo di osservarne le norme regolamentari e di sicurezza, devono essere concordate con il Responsabile scientifico in accordo con il Direttore del Dipartimento.

Il titolare della borsa è tenuto a stipulare adeguata polizza assicurativa personale obbligatoria sia contro il rischio di infortuni verificatisi durante il periodo di presenza presso le strutture universitarie, ovvero presso strutture esterne presso le quali il borsista è stato previamente autorizzato dal Responsabile Scientifico a svolgere la propria attività, sia per la responsabilità civile verso terzi, eventualmente derivanti dai danni a persone o cose provocati dal medesimo, copia della quale dovrà essere consegnata all'amministrazione alla data di inizio delle attività di ricerca presso questa università.

Il pagamento della borsa di ricerca è effettuato in rate mensili posticipate.

L'attività del borsista deve concludersi entro e non oltre la data di scadenza del progetto di ricerca indicata all'art. 1

Al termine del periodo previsto per l'esecuzione della ricerca, il borsista, è tenuto a presentare al Direttore del Dipartimento, una dettagliata relazione sull'attività svolta e sui risultati conseguiti, preventivamente approvata dal Responsabile Scientifico.

Il godimento della presente borsa di ricerca non determina l'instaurazione di un rapporto di lavoro, non dà luogo a trattamenti previdenziali, a valutazioni ai fini di carriere giuridiche ed economiche, né a riconoscimenti automatici ai fini previdenziali.

ARTICOLO SEI

(Trattamento dei dati personali)

L'Università degli Studi di Cagliari è titolare del trattamento dei dati personali ai sensi delle norme del regolamento (UE) 2016/679 del Parlamento europeo e del Consiglio, del 27 aprile 2016, e del Codice in materia di protezione dei dati personali D. Lgs. 196/2003, nel rispetto della dignità umana, dei diritti e delle libertà fondamentali della persona. L'informativa sul trattamento dati per la categoria di interessato "Cittadini" è pubblicata sul sito https://www.unica.it/unica/it/utility_privacy.page

Ai sensi di quanto disposto dall'art. 5 della legge 7 agosto 1990, n.- 241, il responsabile della procedura selettiva di cui al presente bando è il Segretario Amministrativo del Dipartimento, dott. Maurizio Loi. I candidati hanno facoltà di esercitare il diritto di accesso agli atti del procedimento concorsuale secondo le modalità previste dal D.P.R. 184 del 12.4.2006 (Regolamento recante disciplina in materia di accesso ai documenti amministrativi).

ARTICOLO SETTE

(Pubblicità e norme di salvaguardia)

Il presente bando verrà pubblicato sul sito internet dell'Ateneo (www.unica.it) e sul sito del Dipartimento di Scienze Mediche e Sanità Pubblica. Per quanto non specificato nel presente bando, si fa riferimento alle norme contenute nella L. 240/2010 e nel vigente Regolamento per la disciplina delle Borse di Ricerca di questa Università.

IL DIRETTORE DEL DIPARTIMENTO

Prof. Giorgio La Nasa

Firmato digitalmente ai sensi dell'art. 24 del D.Lgs. n. 82/2005