

REQUISITOS FUNCIONALES Y NO FUNCIONALES PARA CADA RETO MOAI LABS

Project Name: **“MOAI LABS: Laboratorios de inteligencia colectiva y tecnología socio sanitaria para combatir el aislamiento y la soledad de las personas mayores”**

Acronym: **MOAI LABS**

Programme: **INTERREG V B SUDOE**

Code: **SOE4/P1/E1078**

1. RETO: CONECTAR

El proyecto MOAI LABS busca soluciones innovadoras para una de las principales dificultades que tienen las personas que viven en situación de soledad que es sentirse solos o aislados socialmente, por ejemplo, aumentando sus conexiones sociales significativas.

La solución esperada debe permitir conectar con otras personas para socializar. Esas personas pueden ser otros adultos mayores, pero las soluciones también podrían acercar a las generaciones más jóvenes. Los familiares, así como otros posibles partidarios, como los voluntarios, también deberían estar en el objetivo.

Se deben aprovechar los enfoques innovadores para dinamizar la comunidad y facilitar la interacción de los participantes. La dinamización podría basarse en temas de interés para los usuarios finales, con el fin de fomentar la participación y construir relaciones significativas entre los usuarios.

Las sesiones de co-creación han demostrado que los adultos mayores todavía prefieren los contactos cara a cara. Por lo tanto, las soluciones desarrolladas deberían resultar en una comunidad habilitada para las TIC que no solo sea digital sino que también involucre actividades presenciales. La solución podría vincularse a actividades locales existentes organizadas por municipios u otras entidades como asociaciones, fundaciones, etc. y organizar sus propias actividades.

Además de facilitar los contactos sociales, la solución podría brindar apoyo para enseñar a los adultos mayores que se sienten solos o socialmente aislados cómo lidiar con la soledad de una manera saludable a través de materiales educativos en un formato fácil de aprender (por ejemplo, vídeos, chatbots, podcast o incluso sesiones de video o telefónicas).

Objetivo: Comunidad habilitada digitalmente para apoyar a los adultos mayores en la lucha contra el aislamiento social y la soledad.

Requisitos obligatorios:

1. Solución accesible, atractiva e intuitiva para que el usuario pueda incorporarla a la vida cotidiana y forme parte de su rutina.
2. Simplicidad y facilidad de uso. La usabilidad mínima de la solución debe ser básica, ya que a los usuarios a los que se dirige pueden tener bajos niveles de alfabetización digital.
3. La solución debe establecer perfiles de usuario de la forma más individual y personalizada posible. El usuario podrá establecer preferencias que se almacenan con la cuenta de usuario y/o como cookies.

4. Que cuente con una opción la cual permita que los usuarios puedan interactuar entre ellos, así como explorar enfoques para acercar a personas afines (con intereses parecido, por ejemplo).
5. El principal objetivo es establecer una comunidad para compartir información y preocupaciones, y poder conectar con otras personas. La solución debe contemplar un espacio para que los usuarios puedan compartir recursos y necesidades.
6. Solución que tenga la opción de visualizar las actividades correlacionándolas con la ubicación y la información relativa de cada actividad. Teniendo en cuenta la posibilidad de conectar los mapas de las actividades del entorno existentes con los perfiles de usuario.
7. Permitir que haya una figura de facilitador/dinamizador para que aporte contenidos para el funcionamiento de la solución, dinamice la herramienta y proporcione apoyo a los usuarios finales.
8. La solución tendrá que disponer de información de actividades y/o eventos actualizada
9. Que la solución incluya un espacio personalizado para cada usuario, donde pueda guardar información de interés, como agendar actividades para poder organizarse.
10. Incluir actividades para estimular y mejorar la alfabetización digital y el dominio de la tecnología de los usuarios facilitando la autonomía.
11. La solución debe permitir monitorizar el uso de la solución por parte del usuario, y así poder proponer estrategias en caso de que el nivel de uso no sea adecuado.
12. La tecnología debe ser eficiente, fiable, robusta, cibersegura y cumplir con la GDPR.
13. Que la solución sea compatible con los dispositivos habituales que emplean los ciudadanos: teléfonos, ordenadores, televisores, tablet, relojes inteligentes, asistentes de voz, etc.
14. Disponible en varios idiomas. Como mínimo en español, francés y portugués para que los Expertos por Experiencia de los *living labs* sean capaces de probarla.

Requisitos adicionales:

- Que la solución ofrezca la posibilidad al usuario de autorizar compartir información con familiares y/o personas de confianza.
- Implicar a la Administración Pública.
- Añadir la opción de avisos, con la configuración de que se puedan activar y desactivar según las preferencias del propio usuario.
- Que cumpla los estándares internacionales de interoperabilidad en salud.
- Ofrecer la posibilidad de conectar con otras generaciones.
- Para facilitar la accesibilidad y usabilidad, que la solución ofrezca varias opciones de interactuar: escribir, video llamada y llamada telefónica, entre otras.
- Formación y/o asistente para facilitar el aprendizaje de la herramienta a los usuarios.
- Incluir un sistema de gamificación. Creando incentivos y estímulos digitales para mantener activos a los usuarios, por ejemplo recompensas o reconocimientos.
- Combinar presencialidad y virtualidad en las actividades.

- El sistema incluirá una función de apoyo psicológico, emocional y psicosocial, con servicios digitales no basados en el médico, como los chatbots, los contenidos de vídeo y escritos, los ejercicios de usuario gamificados y los programas digitales de terapia cognitiva conductual (TCC), lo que permite el acceso 24/7.

Impacto esperado:

- La soledad se aborda facilitando relaciones significativas entre las personas.
- Aumento de la actividad social de los usuarios de la solución medida a través de interacciones digitales y cara a cara.
- Gran cantidad de nuevas relaciones construidas entre personas mayores y jóvenes gracias a la solución.
- Reducción de la percepción de soledad y aislamiento por parte de los adultos mayores.
- Mejor manejo de la angustia emocional y psicológica de los adultos mayores.
- Satisfacción y aceptación de la solución por parte de los usuarios.

2. RETO: ACTIVAR

El proyecto MOAI LABS busca soluciones innovadoras para ayudar a las personas mayores a permanecer activas física y mentalmente, incluso si están socialmente aislados, con el objetivo de retrasar el deterioro del estado de salud. El enfoque debe estar en una solución que:

- Promueve la actividad física
- Promueve la estimulación cognitiva

La solución debe conducir a planes personalizados de acuerdo con las necesidades y preferencias de los usuarios. Debe explorar enfoques innovadores dirigidos especialmente a las personas mayores, teniendo en cuenta la motivación y la adherencia, explotando el potencial de nuevas técnicas. Otro aspecto fundamental es el seguimiento de los avances del usuario.

Las sesiones de co-creación han demostrado la preferencia de las personas mayores hacia la interacción humana. Por lo tanto, la solución debe estar habilitada para las TIC pero también para la interacción humana tanto como sea posible.

Objetivo: Soluciones innovadoras que ayudan a los adultos mayores a mantenerse saludables a través de actividades físicas y / o cognitivas.

Requisitos obligatorios:

1. La solución debe facilitar una evaluación de los adultos mayores para determinar sus necesidades de entrenamiento físico y cognitivo, así como evaluar sus limitaciones, como los problemas de movilidad, lo que condicionará el tipo de actividades que se propongan.
2. En función de los resultados de la evaluación, la solución deberá proponer actividades personalizadas tanto físicas como cognitivas.

3. La solución debe establecer perfiles de usuario de la forma más individual y personalizada posible. El usuario podrá establecer preferencias que se almacenan con la cuenta de usuario y/o como cookies.
4. La solución tiene que ser accesible, atractiva, sencilla y fácil de usar. Teniendo en cuenta que debe tener diferentes niveles en función de la alfabetización digital de los usuarios y de sus necesidades.
5. Debe incluir la opción de recoger y proporcionar feedback, además de reprogramar las preferencias del usuario de una forma sencilla.
6. La tecnología debe ser eficiente, fiable, robusta, cibersegura y cumplir con la GDPR.
7. Una solución que cuente con gamificación, tanto en las actividades de entrenamiento cognitivo como físico, y que resulte motivadora y estimulante para el usuario, fomentando la adherencia a las actividades de estimulación cognitiva y física. Creando incentivos y estímulos digitales para mantener activos a los usuarios, por ejemplo, recompensas o reconocimientos.
8. La solución tiene que tener la opción de visualizar las actividades correlacionándolas con la ubicación y la información relativa de cada actividad. Teniendo en cuenta la posibilidad de conectar los mapas de las actividades del entorno existentes con los perfiles de usuario.
9. Para facilitar la realización de actividades deberá ofrecer la posibilidad de hacerlas online.
10. Permitir que haya una figura de facilitador/dinamizador para que aporte contenidos para el funcionamiento de la solución, dinamice la herramienta y proporcione apoyo a los usuarios finales.
11. La solución tendrá que disponer de información de actividades y/o eventos actualizada.
12. La solución debe permitir monitorizar el uso de la solución por parte del usuario, y así poder proponer estrategias en caso de que el nivel de uso no sea adecuado.
13. Disponible en varios idiomas. Como mínimo en español, francés y portugués para que los Expertos por Experiencia de los *living labs* sean capaces de probarla.

Requisitos adicionales:

- Posibilidad de ofrecer sesiones de coaching online.
- Que pueda haber un rol de expertos a la hora de desarrollar los mensajes emitidos por la solución, para así poder comunicarse con el usuario con las expresiones más adecuadas.
- Incorporar propuesta culturales, ya que también pueden funcionar como estímulo.
- Establecer cauces de interacción entre los usuarios como chat, juegos multijugador, etc., para estimular la integración e interacción social.
- Permitir que las personas compartan sus experiencias y publicaciones.
- Acceso a diferentes recursos de interés para los usuarios, como por ejemplo una biblioteca, listado de profesionales, opciones de voluntariado, etc.

- Poder realizar un seguimiento individualizado a través de un instrumento que proponga una serie de preguntas y con las respuestas pueda emitir mensajes personalizados.

Impacto esperado:

- El mantenimiento de las capacidades cognitivas de las personas mayores.
- La prevención de un deterioro del estado físico.
- El establecimiento de estrategias preventivas que favorezcan la dimensión tanto física como mental del envejecimiento saludable.
- La reducción del impacto negativo del aislamiento social en salud.