

Le istruzioni per la somministrazione del sCRIq – ovvero la versione breve del CRIq – non differiscono in modo essenziale da quelle del CRIq. Per questo motivo, le istruzioni preparate nel 2012 sono riportate di seguito a questo primo paragrafo. Tuttavia, specialmente per la versione carta-e-matita del sCRIq, è importante tenere a mente che:

- **CRI-Istruzione:** a differenza del CRIq, la versione online del sCRIq richiede il livello di istruzione più alto conseguito piuttosto che il numero di anni di scolarizzazione completati; per coerenza, si consiglia di inserire questa informazione nella sezione CRI-Education del foglio Excel per il calcolo del CRI e i suoi sotto-indici.
- **CRI-Lavoro:** la versione online del sCRIq richiede al rispondente di scegliere la propria professione tra molte possibili, tutte già classificate in uno dei cinque possibili livelli occupazionali. Ovviamente, nella versione carta-e-matita, è necessario assegnare manualmente una categoria durante il punteggio utilizzando il foglio Excel.
- **CRI-TempoLibero:** le domande relative alla sezione del tempo libero non sono solo significativamente meno numerose, ma anche più dirette, e il periodo di riferimento per valutare la frequenza è incluso nel testo delle domande.

Per un confronto tra i due questionari, si veda: Mondini, S., Pucci, V., Pastore, M., Gaggi, O., Tricomi, P. P., & Nucci, M. (2023). s-CRIq: the online short version of the Cognitive Reserve Index Questionnaire. *Aging Clinical and Experimental Research*, 35(12), 2903-2910.

Istruzioni per la somministrazione del CRIq

Il questionario CRIq valuta la riserva cognitiva di un individuo attraverso la raccolta di informazioni relative all'intera vita adulta. Il CRIq è stato progettato e implementato sulla base del concetto di riserva cognitiva proposto da Yaakov Stern (2009). Per ulteriori informazioni, fare riferimento a: Nucci, M., Mapelli, D., & Mondini, S. (2012) The cognitive Reserve Questionnaire (CRIq): a new instrument for measuring the cognitive reserve. *Aging clinical and experimental research*, 24, 218-26.

Le istruzioni principali per la somministrazione del CRIq sono riassunte all'interno del protocollo, all'inizio di ogni sezione. In questo documento, spiegheremo più dettagliatamente le regole di somministrazione e affronteremo le domande che sorgono più frequentemente riguardo alla classificazione di una risposta, al fine di arrivare a una forma di codifica il più coerente possibile tra i vari somministratori.

L'intervista

La compilazione del CRIq richiede la capacità di condurre un'intervista semi-strutturata. Chi somministra il CRIq deve disporre degli strumenti per guidare e gestire attivamente una conversazione mirata. Come per tutte le interviste neuropsicologiche, è essenziale che il professionista assuma un atteggiamento rispettoso? di condivisione, comprensione ed empatia? verso ciò che l'intervistato dice, e che sia in grado di facilitare l'efficace raccolta di informazioni. Inoltre, è importante saper gestire l'abbondante verbalizzazione e la carica emotiva che il recupero di molti ricordi spesso produce.

La somministrazione del CRIq in ambiente clinico richiede che l'intervistato sia cognitivamente sano. Nel caso in cui l'intervistato presenti deficit cognitivi in termini di memoria o attenzione (anche solo sospetti), è preferibile che le domande siano poste a un familiare. Chiaramente, è importante assicurarsi che il familiare sia sufficientemente informato sulle abitudini passate e presenti del paziente. Un figlio, ad esempio, potrebbe non essere a conoscenza della frequenza con cui il genitore svolgeva certe attività da giovane, e lo stesso potrebbe valere per un secondo coniuge. È legittimo verificare informazioni sospette o integrare quanto riferito dal paziente con altre fonti. In ogni caso, alla fine del questionario viene indicato se le informazioni sono state raccolte intervistando l'interessato o un familiare.

Il questionario

La prima parte del questionario prevede la semplice registrazione di alcuni dati identificativi dell'interessato. Il questionario è diviso in 3 sezioni: *CRI-Istruzione*, *CRI-AttivitàLavorativa*, *CRI-TempoLibero*.

CRI-Istruzione: questa sezione registra il livello di istruzione raggiunto da un individuo durante la sua vita. Per ogni anno scolastico completato con successo viene assegnato 1 punto, mentre vengono assegnati 0,5 punti per ogni anno che l'individuo è stato costretto a ripetere.

Ad esempio, a una persona che ha completato 7 anni di scuola primaria verranno assegnati 7 punti. A una persona che ha completato anche 6 anni di scuola secondaria e 2 anni di un corso universitario verranno assegnati 15 punti (7 anni di primaria, 6 anni di secondaria e 2 anni di università = 15 anni in totale). Infine, a una persona con un dottorato di ricerca (PhD) verranno assegnati 21 punti: (7 anni di primaria, 6 anni di secondaria, 5 anni come studente universitario e 3 anni come studente post-laurea = 21 anni in totale) [

Ai corsi di formazione della durata di almeno 6 mesi vengono assegnati 0,5 punti per ogni 6 mesi di corso.

Se, ad esempio, un individuo segue un corso di lingua per due anni, vengono assegnati 2 punti (0.5×4).

Al contrario, la frequenza a un corso di scacchi della durata di 3 mesi non viene conteggiata perché il corso è troppo breve. I corsi sono considerati validi se finalizzati alla formazione (ad esempio: un corso di informatica, un corso di fotografia, un corso di inglese, ecc.); la presenza di un insegnante è una condizione assolutamente essenziale, utilizzabile per risolvere casi di difficile valutazione.

CRI-AttivitàLavorativa: questa sezione registra il tipo e il numero di anni di lavoro svolti da un individuo. È importante sottolineare che si fa riferimento esclusivamente a posizioni retribuite della durata di almeno un anno. Sono stati identificati cinque distinti livelli occupazionali, che si differenziano essenzialmente sulla base dell'impegno cognitivo richiesto e del livello di responsabilità assunto:

1. Lavoro non qualificato, lavoro agricolo, giardiniere, cameriere, autista, meccanico, idraulico, elettricista, operatore di call center, badante, babysitter, colf, ecc.
2. Artigiano o operaio specializzato, cuoco, commesso, sarto, infermiere, militare (livello base), parrucchiere, rappresentante, ecc.
3. Titolare d'azienda, impiegato esecutivo, agente di commercio, agente immobiliare, musicista, suora/monaco/sacerdote/ministro di culto/teologo, insegnante di scuola materna, ecc.
4. Amministratore delegato di una piccola azienda, libero professionista qualificato, militare (alto livello), insegnante, imprenditore, medico, avvocato, psicologo, ingegnere, ecc.

5. Amministratore delegato di una grande azienda, dirigente, politico, professionista intellettuale o scientifico altamente specializzato, professore universitario, docente universitario, magistrato, chirurgo, ricercatore, ecc.

Nella sezione, come sopra indicato, devono essere conteggiate tutte le posizioni retribuite della durata di almeno un anno.

Ad esempio, nel caso di una persona che è stata operaio non qualificato per 30 anni prima di essere promossa a operaio specializzato per altri 15 anni, verranno assegnati 30 anni al livello 1 e 15 anni al livello 2.

Il primo e il secondo lavoro svolti contemporaneamente vengono entrambi conteggiati.

Ad esempio, nel caso di una persona che ha lavorato come operaio specializzato per 45 anni (livello 2, per 45 anni) e che, per 15 anni, ha lavorato parallelamente come imbianchino (livello 1 per 15 anni), entrambi i lavori verrebbero indicati.

Nel caso in cui il secondo lavoro (parallelo) appartenga alla stessa categoria del primo, gli anni devono essere sommati e indicati come un'unica cifra.

Se la persona è stata impiegata come operaio non qualificato per 45 anni (livello 1 per 45 anni) e per 15 anni ha anche lavorato regolarmente e parallelamente come imbianchino (livello 1 per 15 anni), la cifra verrebbe espressa come livello 1, 60 anni.

È importante sottolineare che il secondo lavoro va preso in considerazione solo se svolto regolarmente e per un periodo di almeno 1 anno. Il conteggio degli anni viene arrotondato al quinquennio più vicino.

Se, ad esempio, qualcuno ha lavorato per 12 anni, è necessario indicare 15, mentre se ha lavorato per 17 anni è necessario indicare 20, e così via.

In relazione ai lavori meno comuni, è importante tenere a mente la sequenza dei cinque livelli occupazionali e valutare l'impegno cognitivo richiesto e il livello di responsabilità assunto. Si cercherà di trovare la corrispondenza migliore. È sempre importante usare il buon senso ; ad esempio, una donna che lavora nell'azienda del marito senza un contratto o uno stipendio fisso deve, in ogni caso, essere considerata una dipendente a tutti gli effetti.

CRI-TempoLibero: questa sezione si riferisce a tutte quelle attività che vengono normalmente svolte prima o dopo che l'interessato si rechi al lavoro o a scuola. Durante questo tempo, una persona può impegnarsi in attività cognitivamente stimolanti ; sebbene ci si riferisca ad esso come "tempo libero", le attività in questione non sono necessariamente svolte per divertimento o piacere. Infatti, la definizione comprende non solo attività come andare al cinema o ai concerti, ma anche guidare l'auto o gestire un conto corrente. Questa sezione è suddivisa in quattro parti, che si differenziano in base alla frequenza con cui le attività a cui si fa riferimento vengono solitamente svolte? ovvero settimanalmente, mensilmente, annualmente o con frequenza fissa. Gli item inclusi indicano l'attività per la quale è necessario stimare la frequenza entro l'intervallo di tempo dato. Sono previste due possibili risposte: "Mai/Raramente", che corrisponde a una frequenza inferiore o uguale a 2 volte (rispettivamente a settimana, al mese o all'anno) o "Spesso/Sempre", che corrisponde a una frequenza uguale o superiore a 3 volte (rispettivamente a settimana, al mese o all'anno). Solo nei casi in cui la frequenza con cui è stata svolta un'attività è stata "Spesso/Sempre" per almeno 1 anno è essenziale indicare per quanti anni è stata svolta. Se, d'altro canto, l'attività è stata svolta intensamente per meno di 1 anno o per molti anni ma solo "Raramente", il numero di anni per cui è stata svolta non deve essere conteggiato. Quindi, è importante sapere se un'attività è stata svolta "Spesso/Sempre" per più di 1 anno nel corso della vita della persona: solo in questo caso viene indicato il numero di anni, arrotondando al quinquennio più vicino.

NB: gli anni per i quali indicare la frequenza sono quelli dell'intera vita adulta della persona? ovvero dai 18 anni al presente.

Ad esempio, per una persona di 50 anni che ha guidato un veicolo "Spesso/Sempre" per 30 anni, verrà barrata la casella "Spesso/Sempre", indicando un periodo di 30 anni.

Al contrario, per una persona di 50 anni che ha guidato "Spesso/Sempre" tra i 20 e i 40 anni ma da allora, forse perché ha cambiato lavoro, ha guidato "Mai/Raramente", deve essere barrata la casella "Spesso/Sempre", indicando solo il periodo in cui la frequenza era "Spesso/Sempre"? ovvero in questo caso $40 - 20 = 20$ anni.

Se una persona ha guidato per 30 anni ma solo occasionalmente? ovvero meno di due volte a settimana? deve essere barrata la casella "Mai/Raramente" (come se la persona non avesse mai guidato) e il numero di anni non viene indicato.

Le attività con frequenza fissa sono considerate indipendentemente da riferimenti precisi alla scala temporale coinvolta; se la persona ha svolto tali attività, indipendentemente dalla frequenza, deve essere indicato il numero di anni.

Attività con Frequenza Settimanale:

- 1. Lettura di quotidiani e settimanali:** si riferisce soprattutto a giornali o periodici con un'alta frequenza di pubblicazione, indipendentemente dal loro contenuto.
- 2. Faccende domestiche:** tutte quelle attività associate alla cura della propria casa, in particolare la gestione domestica e la pulizia? ovvero cucinare, lavare i piatti, lavare i panni, stirare, pulire la casa, fare la spesa, manutenzione ordinaria, ecc.
- 3. Guida:** guidare un'auto, moto, scooter e, in generale, qualsiasi mezzo di trasporto per il quale il conducente necessita di una patente di guida. Le biciclette, pertanto, non sono incluse.
- 4. Attività ricreative:** attività ricreative come tutti i tipi di sport, ginnastica, yoga, caccia, pesca, tutti i tipi di ballo, giocare a carte, bocce, biliardo, scacchi, cruciverba, giochi di società, puzzle, hobby come il collezionismo di francobolli, monete, ecc.
- 5. Uso delle nuove tecnologie:** imparare e usare computer, smartphone (non semplici telefoni cellulari), qualsiasi strumento utilizzato per navigare sul web, fotocamere digitali, navigatori satellitari, ecc.

Attività con Frequenza Mensile

- 1. Attività sociali:** attività che comportano interazione sociale, inclusi cenare con amici, far parte di gruppi, associazioni, partiti politici, circoli ricreativi, pro loco, consigli parrocchiali, ecc.
- 2. Cinema o teatro:** andare a vedere film al cinema o spettacoli a teatro.
- 3. Giardinaggio, fai-da-te, maglia, ricamo:** gestione di giardini domestici e orti, tutte le piccole operazioni di manutenzione domestica, così come lavorare a maglia, ricamare, lavorare all'uncinetto, cucire, ecc.
- 4. Prendersi cura di nipoti o genitori anziani:** essere responsabili dei nipoti o dei genitori anziani.
- 5. Volontariato:** tutto il lavoro svolto a titolo gratuito, individualmente o attraverso associazioni organizzate, per una serie di finalità diverse (solidarietà, giustizia sociale, filantropia, ecc.).
- 6. Attività artistiche:** qualsiasi attività artistica (musica, canto, disegno, pittura, scultura, scrittura, recitazione, fotografia, découpage, ecc.) svolta individualmente o in gruppo.

Attività con Frequenza Annuale

- 1. Mostre, concerti, conferenze:** partecipazione a qualsiasi evento culturale organizzato.
- 2. Viaggi della durata di più giorni:** viaggi di piacere della durata superiore a un giorno.
- 3. Lettura di libri:** lettura di libri di ogni tipo (piuttosto che quotidiani o riviste).

Attività con Frequenza Fissa

- 1. Figli:** numero di figli.
- 2. Cura degli animali domestici:** prendersi cura di animali domestici in casa.
- 3. Gestione del proprio conto corrente:** l'attività di gestione del proprio conto corrente recandosi allo sportello bancario, incassando assegni, usando il bancomat, ecc.

Infine, è importante indicare se il questionario sia stato somministrato o meno direttamente all'interessato, oppure al familiare accompagnatore (in questo caso, specificare l'identità del familiare).