

INDICE-SOMMARIO DINAMICO  
2 - TASSONOMIA DELL'ETA' POST-ADULTA  
2.1 - A CHE ETA' SI DIVENTA ANZIANI?

AUTORE E FONTE	Società Italiana di Gerontologia e Geriatria
DATA INSERIMENTO	2023.03.18
PROPONENTE	Pietro Paolo RICUPERATI
ABSTRACT	<i>“Con grande scalpore (fu oggetto di innumerevoli segnalazioni su tanti giornali e anche programmi televisivi) venne data la notizia che l’inizio dell’anzianità era stata posticipato, siccome enunciato in occasione del 63° Congresso Nazionale della SIGG (Società Italiana di Gerontologia e Geriatria) che si era tenuta a Roma alla fine di novembre del 2018. La nuova definizione dinamica del concetto di anzianità secondo la quale la soglia dai 65 anni andrebbe spostata ai 75 anni) meglio si adatterebbe alle attuali performance fisiche e mentali dell’uomo e della donna che vivono in paesi sviluppati economicamente, ed in particolare alla situazione demografica della popolazione italiana. Nel documento che segue - di fonte SIGG - ho cercato di approfondire l’argomento” (p.p.r.)</i>

**Si attribuisce a Otto Von Bismarck la scelta dei 65 anni come soglia di anzianità:** sarebbe stato lui a decidere che la vecchiaia inizia a 65 anni. Le sue motivazioni erano più pratiche che scientifiche: all' epoca pochi varcavano il traguardo e il cancelliere tedesco, con lungimiranza, si preoccupava delle pensioni. Eppure la definizione di due secoli fa ha retto, sostenuta dalla convinzione che esistesse comunque un limite fisiologico per la vita umana. Come una corda che a forza di essere tirata deve prima sfilacciarsi e poi rompersi.

Secondo le definizioni ad oggi ufficialmente adottate, si considera anziana una persona che abbia compiuto il 65esimo anno di età. Per l’allungamento medio della speranza di vita alla nascita (in Italia 85 anni per le donne e 82 per gli uomini) è stato creato una nuova categoria di anzianità, dividendo le persone con più di 65 anni tra chi appartiene alla terza età (condizionata da buone condizioni di salute, inserimento sociale e disponibilità di risorse) e alla quarta età (caratterizzata da dipendenza da altri e decadimento fisico). Un’altra metodologia ad oggi utilizzata per parlare delle diverse fasi dell’anzianità è stata la suddivisione in quattro sottogruppi, **“giovani anziani”** (persone tra i 64 e i 74 anni), **anziani** (75 – 84 anni), **“grandi vecchi”** (85 – 99 anni) e **centenari**. La proposta che arriva dalla SIGG è quella di aggiornare il concetto di anzianità, portando a 75 anni l’età ideale per definire una persona come anziana. Un 65enne di oggi ha la forma fisica e cognitiva di un 40-45enne di 30 anni fa e un 75enne quella di un individuo che aveva 55 anni nel 1980. Oggi alziamo l’asticella dell’età ad una soglia adattata alle attuali aspettative nei paesi con sviluppo avanzato. I dati demografici dicono che in Italia l’aspettativa di vita è aumentata di circa 20 anni rispetto alla prima decade del 1900. Non solo, larga parte della popolazione tra i 60 e i 75 anni è in ottima forma e priva di malattie per l’effetto ritardato dello sviluppo di malattie e dell’età di morte. In una società italiana sempre più anziana

ma, anche longeva, questa proposta può sembrare, ai più maligni e disillusi, un appoggio utile per aumentare in futuro anche gli anni anagrafici necessari utili per accedere alla pensione. Al momento questo aspetto sembra ancora essere lontano e non previsto negli argomenti proposti e dibattuti dalla SIGG, anche se questa nuova soglia potrebbe rivoluzionare sociologicamente e culturalmente i concetti di anzianità e invecchiamento attivo, relativamente all' Italia e poche altre nazioni; anche uomo e donna hanno longevità diverse e di cui si deve tener conto.

Secondo un'indagine presentata alla London School of Economics, condotta intervistando oltre 12mila over 65 in diversi Paesi, due ultrasessantacinquenni italiani su tre dichiarano di non sentirsi affatto «anziani». Quattro su dieci pensano che la vecchiaia inizi davvero solo dopo gli ottant'anni: incoscienza giovanilistica di una generazione, o visione realistica di una terza età che non ha più i capelli grigi? Considerare anziano un 65enne oggi è anacronistico: a questa età moltissimi stanno fisicamente e psicologicamente bene. Sono nelle condizioni in cui poteva trovarsi un 55enne una quarantina d'anni fa. Per questo affermano di non sentirsi vecchi: non lo sono e se hanno qualche piccolo acciaccio lo tollerano senza troppi drammi. Anche una ricerca dell'Università svedese di Goteborg ha dimostrato che i 70enni di oggi sono più "svegli" dei loro coetanei di 30 anni fa: ai test cognitivi e di intelligenza ottengono risultati migliori, probabilmente perché sono più colti, più attivi e meglio curati rispetto al passato.

**Ma chi sono, allora, i veri anziani?** Gli ultraottantenni? Spostare la vecchiaia dopo gli 80 anni è forse troppo ottimistico, ma senza dubbio abbiamo guadagnato una decina d'anni: la vera terza età inizia a 75 anni, ormai. In Italia, poi, l'aspettativa di vita è una delle più alte: significa che viviamo bene, e che da noi è ancora più probabile che altrove arrivare a 75 anni in buona salute» dice Trabucchi. La rivista Scientific American poco tempo fa si chiedeva addirittura: «I cento anni sono i nuovi ottanta?». E quando arrivano i guai della vecchiaia, come gestire gli inevitabili cambiamenti? «Per continuare a stare bene non bisogna lasciarsi andare: mantenersi attivi mentalmente e fisicamente, avere interessi, accettando però i nuovi limiti. Non è giovanilismo, ma un sano approccio alla vita per rendere più lieve il peso degli anni, senza di colpo pensare solo al senso di perdita per ciò che non è più». Invece, spesso prende il sopravvento il cosiddetto "ageismo", la rassegnazione di fronte all'età che avanza: l'anziano, quando arrivano i veri problemi, pensa che curarsi non valga troppo la pena: in realtà **la spesa sanitaria è per il 40% destinata alle persone anziane e molto anziane**. Si ricorda che la spesa pubblica sanitaria è inferiore del 10% rispetto alla media europea e la percentuale dei costi a carico dei pazienti è la più alta (23% contro il 15%). C'è l'errata convinzione che una persona molto anziana non tragga benefici dalle terapie; quello che si sa dagli studi non sempre è applicabile ai malati veri. **La paura più grande degli italiani però non è esser curati male, ma, secondo uno studio del Censis, diventare non autosufficienti**. «Un'analisi realistica perché nessuno sta affrontando il problema della gestione degli anziani non autosufficienti. Una situazione che diventerà presto esplosiva: secondo le proiezioni Istat nel 2050 potremmo avere quasi 160mila centenari. Se non saranno tutti arzilli e in salute saranno guai. Intanto oggi crescono le rette per gli ospiti di strutture per anziani che sono circa 300.000: scarso è l'interesse per questo punto.

È evidente che la soglia-SIGG non vale per molte parte del mondo: in Africa la speranza di vita è inferiore ai 75 anni! Pertanto **la proposta di alzare a 75 anni la soglia della anzianità ha valore locale**, nelle singole nazioni e non si presta a modificare l'età del pensionamento che deve tener conto del contesto lavorativo (lavori usuranti, turnazioni, lavoro intellettuale rispetto al lavoro manuale, lavoro familiare, etc), dello stato reale di

salute dell'individuo, delle compatibilità economiche e della platea contributiva nel suo insieme. Non si deve dimenticare che la speranza di vita in Italia è sicuramente molto aumentata, ma **sono ancora troppi gli anni vissuti con disabilità, soprattutto in Italia** e soprattutto al sud dell'Italia. Anche il tasso di ospedalizzazione deve essere considerato; i dati italiani danno questo risultato; dopo i 75 anni aumenta l'ospedalizzazione per acuti, in riabilitazione e soprattutto in lungodegenza.

L' impressione è che per la Geriatria non sia rilevante stabilire soglie per l'anzianità: le implicazioni sono soprattutto politiche e sanitarie; si dovrebbe migliorare la qualità e l'appropriatezza delle cure e dell'assistenza nei setting attualmente a disposizione. Di certo la multimorbilità e l'ospedalizzazione rappresentano un problema che riguarda soprattutto gli ultra75enni. Peraltro, **“anziano” non è solo una categoria medica, quanto socio-demografica e quindi non è chiaro come chi studia la biologia dell'invecchiamento (gerontologi) o i problemi di salute delle persone anziane (geriatri) riesca “scientificamente” a stabilire una precisa età in cui si diventa anziani. Forse bisognerebbe partire da chi l'anzianità la vive sulla propria pelle o la sta aspettando, e conseguentemente, cioè in base alla propria percezione, si comporta.** Perché se anche una persona anziana sa esercitare fisiologicamente gli stessi sforzi di un 55enne del 1980, il contesto (paese, comunità, ecc) in cui vive e la sua storia personale possono accorciare o allungare l'età in cui si diventa “anziani”.