

Premessa

Si parla sempre più di sfida della longevità e rivedere lo stereotipo degli anziani solo come **persone fragili e dipendenti** richiederà un radicale e innovativo cambio di mentalità. Guardando al futuro dobbiamo infatti non sottovalutare l'importanza dell'invecchiamento attivo che significa sicuramente buona salute, ma anche lotta all'isolamento sociale, alla solitudine e alle ingiustizie sociali che spesso sono alla base delle cattive condizioni di vita e di salute in età avanzata .

Rafforzare l'inclusione delle persone anziane in buona salute nella vita sociale, culturale e comunitaria garantendo una loro piena partecipazione alle dinamiche delle comunità e dei territori, ha infatti una duplice funzione:

- prevenire malattie come la depressione, la demenza senile e arginare il fenomeno dei suicidi (in aumento)
- sostenere la famiglia, la comunità e la società in senso ampio per i contributi economici (attraverso le pensioni) e di assistenza (Caregiver) che la popolazione anziana oggi e sempre più in futuro potrà offrire.

Prevenzione

Tra gli investimenti da fare quindi per sostenere la c.d. "silver economy" , vi è sicuramente la **prevenzione**

In particolare la **lotta alla solitudine nell'età adulta-anziana** dovrebbe essere presa in considerazione come un importante strumento di prevenzione di numerose patologie.

Alcuni paesi del nord Europa, oggettivamente più propensi per una serie di fattori climatici e sociali, hanno già preso atto che siamo di fronte ad un problema serio, potenzialmente responsabile di danni alla persona e alla società. In Inghilterra per esempio è stato istituito un Ministero della Solitudine, un'iniziativa che non ha precedenti.

Anche in Italia però, secondo i dati EUROSTAT, iniziano a manifestarsi segnali preoccupanti che non vanno trascurati e che riguardano anziani che, a seguito di qualche incidente o malattia, sono costretti per lunghi periodi e a volte per sempre a ridurre al minimo o, addirittura, interrompere del tutto i rapporti col mondo esterno.

Isolamento e solitudine

La **solitudine** è un argomento trascurato soprattutto quando parliamo di prevenzione di malattie. A torto, difficilmente si associa la condizione di isolamento e solitudine ad un pericolo per la nostra salute.

Eppure i danni, scientificamente provati, derivanti dalla condizione di solitudine e isolamento sono numerosi e importanti sia per la:

- salute fisica (es. aumentato rischio di malattie cardiache, Diabete di tipo 2)
- salute mentale (es. Alzheimer, depressione, problemi di sonno)

Ovviamente si fa riferimento ad una condizione **subìta**, prevalentemente per l'età, soprattutto per gli anziani, a cui a volte si associano anche condizioni economiche difficili che non consentono di far ricorso a percorsi di aiuto o sostegni psicologici costosi.

In questi casi le persone coinvolte non chiedono aiuto e non si dichiarano apertamente aprendo un altro importante fronte che è quello dell'intervento preventivo per scongiurare a volte, episodi estremi (suicidio).

Sebbene in Emilia Romagna il tema è sentito e se ne discute già da anni, con anche qualche intervento concreto da parte dell'ente, ad oggi, soprattutto a livello locale, non vi è ancora la percezione che siano stati messi in campo strumenti o attività istituzionali che si occupino di prevenire la solitudine. Al momento sembra che questo tipo di intervento sia lasciato ai singoli, alle famiglie o alle associazioni di volontariato

In particolare quest'ultime, attraverso soggetti privati sviluppano azioni a sostegno di anziani soli molto semplici ma importanti, come ad esempio la visita a domicilio per parlare, ascoltarli, trascorrere del tempo con loro e a volte aiutarli nel disbrigo di piccole incombenze.

Queste figure vanno a completare ovviamente il lavoro degli operatori sociosanitari qualificati che si occupano di assistenza domiciliare ma solo a pazienti dichiarati affetti da Alzheimer.

Diventando sempre più essenziale nel futuro la qualità della vita, una vivibilità fatta di intrattenimento e vita sociale, di agibilità per gli anziani, la necessità è quindi quella di innovare il welfare dei prossimi anni attraverso l'integrazione tra servizi sociali e servizi sanitari per rispondere a questi nuovi bisogni e sostenere le reti di volontariato.