

# Club UNESCO di Trento

2014: L'Anno Internazionale dei Piccoli Stati Insulari in via di Sviluppo



## 1 – Giornata Internazionale per le Persone Anziane

Nel 1990, il Consiglio Generale delle Nazioni Unite ha designato il 1° ottobre come Giornata Internazionale delle Persone Anziane.

Questa Giornata è nata con l'intento di migliorare la qualità della vita delle persone anziane, il cui numero e proporzione sta crescendo rapidamente -nel 2050 la popolazione globale di anziani raggiungerà i due miliardi, sensibilizzare sul ruolo svolto dalle persone anziane nella società di oggi e programmare interventi specifici, pensati per le loro esigenze in un mondo che cambia velocemente. Anche la Basilicata sta diventando una Regione per vecchi. Dal punto di vista demografico, si registra un'alta presenza di anziani, accompagnata ad una bassa natalità che di certo non dà un aspetto giovane al nostro territorio. E, cosa più preoccupante, è che i giovani, una volta raggiunto il titolo di studio o un'adeguata formazione professionale, tentano fortuna altrove, perché qui in Basilicata per l'occupazione trovano serie difficoltà. È quanto emerge dal Rapporto Svimez 2011. Alla diminuzione di giovani, si accompagna un incremento degli over 75 che a Sud comporranno il 18,4% della popolazione nel 2050, mentre al Centro-Nord il 16,5%. Il rapporto Svimez definisce questo scenario come un vero e proprio "tsunami demografico" che porterà all'invecchiamento il Sud con un'alta presenza di anziani e una massiccia emigrazione di giovani (forza lavoro e cervelli) verso paesi che possano soddisfare gli sforzi fatti in anni di studio o apprendistato. Ma l'invecchiamento della popolazione è soprattutto frutto del progresso medico e sociale, sarebbe un controsenso ritenerlo solo un problema. Ma perché questo accade? Innanzitutto vecchio, anziano sono termini che spaventano perché associati a malattia, mancanza di autonomia, solitudine, morte. I media ci propongono l'immagine di persone efficienti fisicamente, donne che ai primi segni del tempo ricorrono a trattamenti estetici sempre più invasivi... ma qualcuno ha mai osservato il fascino che un sessanta – settantenne può ancora comunicare non solo nell'aspetto ma anche psicologicamente e socialmente?

Con l'aumento della speranza di vita sentiamo solo parlare di patologie invalidanti che non sempre trovano risposta in termini di assistenza nel nostro territorio, tematica importante e di difficile soluzione soprattutto per le famiglie degli assistiti. Ma proviamo a considerare il rovescio della medaglia: cosa possiamo fare per affrontare sempre meno queste emergenze? Imparare a invecchiare. Educiamo i nostri figli e nipoti a crescere in modo sano, diamo loro i mezzi per studiare, imparare un mestiere, curiamo la loro salute, i loro rapporti sociali, ma ci dimentichiamo che questo percorso non deve bruscamente interrompersi a quarant'anni. L'educazione continua per tutta la vita così come si impara a diventare uomini e donne maturi e responsabili, così si impara a diventare anziani, assaporando i cambiamenti che accadono nella nostra vita. Fare prevenzione non solo della salute fisica ma anche di quella psichica e sociale permette di preservare il più a lungo possibile lo stato di benessere, così come affermato dall'Organizzazione Mondiale della Sanità. La possibilità di partecipare a gruppi intergenerazionali permette uno scambio reciproco di esperienze e soprattutto di modi di comunicare tra giovani e anziani consentendo di iniziare ad abbattere i muri della non comprensione tra generazioni. Continuare ad aggiornarsi o a dedicarsi a nuovi interessi da soli o da condividere con il proprio partner o con i propri nipoti sono attività che arricchiscono e permettono di evadere dall'isolamento, realtà sempre più frequente in Italia.

Invecchiare con stile, non è una provocazione, ma semplicemente un modo per essere sempre soddisfatti di se stessi ad ogni età, guardarsi allo specchio ed apprezzare il tempo che passa. Ascoltare i propri nipoti e riscoprire in loro ciò che siamo stati può insegnare loro che il percorso della vita ci riserva nuove sorprese più o meno piacevoli ma è possibile affrontare ogni accadimento.

Invecchiare nella consapevolezza che ogni nostra azione ha lasciato il segno e che ogni nostro progetto iniziato potrà essere proseguito da coloro ai quali abbiamo trasmesso il nostro sapere, dando fiducia e responsabilizzando i giovani nell'affrontare il percorso di vita. Infine ricordiamo che la maniera con cui rispondiamo all'invecchiamento degli altri condiziona l'immagine che attribuiamo a noi stessi nella ricerca della nostra umanità.

*Dott.ssa Giovanna Ferraiuolo\**

*\* Psicogerontologa – Direttore Scientifico Centro Studi Anziani di Basilicata*