

A.C.F.E. Centro Familiare

NUOVI ORIENTAMENTI

Bern, 31 gennaio 2010

“Invecchiare ieri, oggi e domani: la condizione anziana di fronte alle sfide della medicina e della biologia contemporanee.”

“ La vita quotidiana nel concreto tessuto sociale dell'anziano dopo il pensionamento.”

della Dr.ssa Sara Centanni

Introduzione

Non aspettatevi un discorso esauriente sulla condizione sociale degli anziani, poiché le problematiche intorno a questa categoria sono complesse ed interdipendenti. Quando ho cercato di risalire alla sorgente della “questione anziani” mi sono trovata di fronte ad una miriade di dati , di associazioni ed iniziative. In questa occasione ne presenterò un'estrema sintesi.

Vi parlo naturalmente della situazione in Italia.

L'ONU e le sue Agenzie avevano da tempo segnalato il problema demografico della progressiva denatalità e del contemporaneo aumento sempre più consistente dei soggetti anziani nei Paesi occidentali più industrializzati, come conseguenza del consolidamento della pace e dell'allungarsi delle speranze di vita.

Solo nel 2002 durante la Conferenza mondiale di Madrid sull'argomento, i governi presero atto della necessità di affrontare le ricadute sociali ed economiche del problema, di studiare le necessità di questo segmento della popolazione e di valutarne le potenzialità in termini di apporto concreto ai bisogni della società.

Le Organizzazioni non governative già operanti ricevettero un impulso alle indagini ed alla ricerca di soluzioni in molti campi dell'attività sociale, inizialmente in modo settoriale ed in seguito sempre più organizzato.

Un capitolo “anziani” cominciò a far parte di ogni rapporto sulle condizioni sociali della popolazione.

A fronte di questa dispersione nacque l'esigenza di un controllo e di un coordinamento a livello nazionale. Una prima proposta fu presentata al Senato della Repubblica il 18 luglio del 2002 per l'istituzione della Commissione parlamentare per l'anziano e dell'Osservatorio nazionale per l'anziano. Non ebbe seguito e decadde.

Un Osservatorio interdisciplinare della terza età, con le caratteristiche di associazione non governativa, attivo fin dal 2001, proseguì il suo cammino di ricerca ramificandosi a livello regionale.

Tuttavia, se da un lato queste regionalizzazioni permettono di conoscere meglio la situazione degli anziani sul territorio, dall'altro rilevano l'esistenza di differenze ingiustificate fra coloro che vivono in una regione rispetto a coloro che vivono in un'altra.

I problemi affrontati non sempre trovano soluzioni omogenee su tutto il territorio nazionale a cominciare dalla tutela della salute che costituisce la preoccupazione prioritaria degli anziani.

Dinanzi ad una longevità che non è più un caso isolato, ma collettivo ed alla necessità di non disperdere risorse per affrontare i problemi che ne derivano, l'attuale compagine legislativa ha presentato una nuova proposta di legge di iniziativa parlamentare nel luglio dello scorso anno per la costituzione di una Commissione parlamentare della terza età con compiti di controllo ed indirizzo.

Se posso permettermi un commento, non sono totalmente d'accordo sul fatto che l'istituzione di una Commissione, ancorchè governativa, possa costituire la risposta rapida e risolutiva ai nuovi bisogni ed alle nuove esigenze, limitandosi a coordinare una materia così complessa e di sensibile impatto sugli interessati.

Avrei preferito un piano programmatico governativo di interventi, che, basandosi su principi e valori fondamentali, si facesse promotrice di una strategia con tappe chiaramente espresse verso soluzioni, se possibile, omogenee o differenziate, solo se giustificate.

Sulla conoscenza del fenomeno, l'Osservatorio della terza età sta svolgendo il suo compito con sufficiente acume e con ampio respiro, ma , a mio avviso, mancano ancora linee guida generali alle quali i responsabili governativi regionali, pur nella loro autonomia, dovrebbero ispirarsi per l'adozione di provvedimenti concreti e per la scelta delle priorità-

Il mondo degli anziani

In Italia, secondo l'ISTAT-il maggior Ente di statistica, gli anziani con più di 65 anni sono 12 milioni e nel 2030 raggiungeranno il 28% della popolazione.

L'allungamento medio della speranza di vita a 77 anni per gli uomini ed ad 81 anni per le donne ha importanti conseguenze per gli anziani e per la società.

Dai rapporti autorevoli del CENSIS (Centro Studi Investimenti Sociali) e dell'EURISPES (Istituto privato di studi politici,economici e sociali senza fini di lucro) emerge un ritratto degli anziani italiani ben lontano dall'idea di una società priva di pulsioni e costosissima per la spesa pubblica.

Infatti gli anziani sono la fascia di popolazione più attenta ai consumi e la più reattiva nei confronti dell'attuale crisi economica che ha modificato parecchio le loro abitudini non solo nella gestione del tempo libero, ma anche negli acquisti e nelle abitudini quotidiane.

Dinanzi alla necessità gli anziani hanno tirato fuori grinta e capacità di resistenza, connaturate a generazioni che hanno attraversato, in gioventù o nell'età matura, avvenimenti ben più difficili dell'attuale ambigua congiuntura.

Ritengo opportuno a questo punto fare una distinzione fra gli anziani in discreta salute e con redditi sufficienti e gli anziani non autosufficienti.

Non posso qui aprire un nuovo capitolo per coloro, sempre più numerosi, che non hanno i mezzi per vivere una vita dignitosa e sono affidati al volontariato civile e religioso.

Gli anziani con reddito fisso sono una categoria costituita per 2/3 da percettori di pensione,con una discreta situazione patrimoniale ed in buona percentuale possono disporre di una casa di proprietà.

Quattro anziani su dieci utilizzano, se occorre, i risparmi di una vita, differenziano il modo di fare la spesa e gli acquisti in genere e adottano comportamenti virtuosi per l'ambiente, raggiungendo percentuali record nella differenziazione dei rifiuti.

Prediligono la televisione al computer, ma non sono attratti in generale dalla televisione a pagamento e non subiscono nemmeno il fascino di internet e dei telefoni mobili, limitandosi all'utilizzo in caso di necessità.

Considerano il coniuge o il compagno come la persona più importante della loro vita ed il matrimonio come il centro della propria vita di relazione.

A proposito della famiglia gli anziani in buona salute costituiscono una risorsa per la società nella attuale incerta situazione economica del paese. Se necessario infatti mettono a disposizione dei figli i loro risparmi o parte del proprio reddito, nonché il tempo libero che ora hanno in abbondanza per accudire i nipoti o assolvere a molteplici necessità quotidiane. A fronte della precarietà o della mancanza di lavoro dei figli ed alla necessità di assicurare loro una tranquillità abitativa, considerato il difficile mercato degli immobili, sono disponibili a dividere con loro l'alloggio.

Per quanto concerne i nipoti i nonni costituiscono un prezioso riferimento ed un mezzo per la trasmissione di valori ad alto contenuto etico e per il mantenimento di un clima di certezze e di serenità, al giorno d'oggi sistematicamente messo in discussione.

Mantenere un buon livello di salute è un problema comprensibilmente importante e comune a tutti gli anziani. Sono infatti soprattutto gli anziani a comprendere e mettere in pratica la prevenzione, determinando però un aggravio economico dell'organizzazione sanitaria pur in presenza di un sistema sanitario nazionale che riesce a garantire a tutti il massimo dell'assistenza possibile e comunque sempre quella necessaria. Nonostante ciò la richiesta di accertamenti e di interventi ha subito un aumento esponenziale e comporta lunghi tempi di attesa che, pur se giustificati, causano il malcontento e la sfiducia negli interessati. Chi ha un reddito sufficiente o ha dei risparmi ricorre alle strutture private che hanno costi alti, non sempre riconosciuti dalle eventuali assicurazioni

complementari.

Il problema si aggrava per le donne. Le statistiche prevedono una sopravvivenza intorno al 25 % rispetto agli uomini. Per loro è quindi concreto il rischio di rimanere sole e con mezzi insufficienti soprattutto se in passato hanno svolto attività con retribuzioni inferiori alla media o lavori non remunerati. La Previdenza sociale, nata per provvedere alla sicurezza delle persone anziane, è impostata sui percettori di salario e in un passato anche recente non riconosceva il valore del lavoro domestico, di quello dedicato alla crescita dei figli o alla assistenza alle persone anziane conviventi. Alla morte del marito la vedova vede spesso decurtare notevolmente il sostegno finanziario in termini di pensione.

L'assistenza sanitaria è generalmente orientata a garantire interventi per le malattie più gravi, mentre le donne anziane potrebbero ricavare maggior beneficio da un'assistenza a domicilio.

Restano così come alternativa, a meno che i figli o i fratelli non siano disposti ad accoglierle in casa, le lunghe degenze ospedaliere, non sempre garantite, o le case di riposo che per i loro costi non sono sempre accessibili alla maggior parte delle persone sole. Inoltre gli anziani e le anziane sono molto legati al concetto di famiglia e l'allontanamento da essa comporta senso di abbandono e conseguenze psicologiche e/o psicosomatiche negative.

Recentemente è invalsa l'abitudine di ricorrere all'assunzione di personale esterno al nucleo familiare (badanti) che ha il vantaggio di permettere all'anziano di continuare a vivere nel suo ambiente. A parte il costo elevato di tale soluzione, si pongono concreti problemi in merito alla preparazione professionale e alla copertura previdenziale di questo tipo di lavoratrici o lavoratori per lo più di provenienza straniera. Pertanto lo sforzo di tutti gli operatori politici e non, è concentrato sulla realizzazione di una sinergia fra le necessità puramente sanitarie e l'assistenza socio-sanitaria in una visione globale di tutte le varianti che costituiscono il mondo dell'anziano.

Da ultimo vorrei prendere in considerazione l'uso del tempo. Il tempo nella vita di una persona che lavora è percepito come lo spazio necessario a svolgere tutte le incombenze di un'esistenza attiva e

produttiva; nella vita di una persona anziana il tempo ha due valenze. Da una parte sembra contrarsi e sfuggire al controllo dell'individuo, dall'altra si dilata e crea periodi che è necessario riempire con attività gratificanti per sé e utili per la società.

Non è scontato che chi è uscito dal mondo del lavoro possa passare il tempo ad occuparsi dei propri hobby, ammesso che ne abbia la facoltà e la possibilità, soprattutto se la vita lavorativa è stata coinvolgente ed intensa.

Il concetto di riposo, quando non generato da motivi di salute, può essere avvertito come un pesante fardello e può generare noia e neri pensieri. L'anziano che non ha una qualsiasi occupazione o interesse è portato a sottolineare gli aspetti negativi delle cose e delle vicende aumentando così il disagio e la tentazione di lasciarsi andare. Perciò ha bisogno di svolgere attività che lo mettano in contatto con altre persone e con altre fasce di età.

Non sempre la volontà è sufficiente, devono esservi anche gli stimoli e le condizioni.

Si aprono così scenari di attività quali il miglioramento della cultura personale ed il volontariato.

Tenere la mente in allenamento informandosi e rimanendo interessati al mondo circostante ed il perseguire uno stile sano di vita, fare movimento fisico e ridurre lo stress portano sicuramente ad un miglioramento della qualità della vita.

E' vero che la serenità non rientra nella sola responsabilità degli anziani. Le Istituzioni non possono sottrarsi al dovere di realizzare le condizioni e gli aiuti per raggiungere questo scopo.

Ogni individuo sa e deve mettere tutto il suo impegno, compatibilmente col proprio stile di vita, nel rendersi utile a sé e agli altri.

Riassumendo, sempre da dati ricavati su campioni significativi e contenuti nel già citato rapporto del CENSIS le cose più importanti per ottenere una serena vecchiaia sono:

- tenere sempre la mente in allenamento
- non lasciarsi vincere dai rimpianti e dalla nostalgia del passato
- dedicare tempo agli altri

- avere uno stile di vita sano
- dedicarsi ad una attività che sostituisca il lavoro
- fare cose che non si è potuto fare in altri momenti della propria vita
- avere contatti frequenti con i più giovani
- viaggiare
- vivere in un piccolo centro
- impostare la giornata su ritmi lenti e fare solo ciò di cui si ha voglia

Esperienza personale.

La mia esperienza personale rientra per grandi linee nel profilo dell'anziano italiano che vi ho illustrato. Dopo 45 anni di lavoro, impegnativo ma interessante e gratificante, da un giorno all'altro ho avuto a disposizione un nuovo tipo di vita. Non avevo fatto progetti. Ho un figlio adulto al di là dell'Oceano, non ho nipoti, ho un marito affettuoso ed una madre avanti negli anni. Mi piacciono soprattutto la lettura ed il cinema. Ho una passione per il giardinaggio e qualche nuovo problema di salute. Dopo un primo periodo nel quale era piacevole poter programmare di volta in volta la mia giornata ho deciso di occuparmi a tempo pieno di mia madre che era stata vittima di tre cadute, due operazioni agli occhi e un numero imprecisato di piccoli ma noiosi fastidi di salute. Contemporaneamente mio marito mi coinvolge a getto continuo in mostre, concerti, iniziative culturali, quali ad esempio l'approccio alla cultura giapponese e le lezioni di lingua inglese presso l'Università Popolare della Terza Età di Roma. Inoltre ho una laurea in lettere e archeologia ed il sogno segreto di scrivere saggi e romanzi. Ancora non l'ho realizzato, perché la quotidianità riempie la mia giornata e non ho la concentrazione necessaria per produrre qualcosa di valido.

E poi sono stata scoraggiata dalla immensa produzione letteraria attuale, nella quale non vedo l'utilità di un mio inserimento. Forse realizzerò il sogno per me stessa.

Non considero inutile questo periodo della mia vita, poiché penso che ognuno di noi rimanga sulla

terra secondo il progetto di Dio. Sono così presuntuosa da considerarmi un piccolo mattone nella costruzione della società. Se sono ancora qui e lo sarò finché Dio vorrà dovrò pur essere di una qualche utilità anche se non ne conosco l'esatta portata.

Conclusione

Cari anziani, la mia esperienza mi suggerisce di consigliarvi di non lasciar passare il tempo senza farlo fruttificare, di affrontare con disponibilità e amore ciò che dovete fare, ma di lasciarvi anche sedurre dalla curiosità di conoscere e dalla ricerca di un po' di saggezza. Prendetevi cura della vostra anima e potrete così essere capaci di aiutare le anime di coloro che vivono intorno a voi.

Non dovrei fare pubblicità ma, se è possibile, non sprecate l'opportunità di partecipare alle iniziative della vostra Università delle Tre Età, che ho avuto la possibilità di apprezzare durante il mio soggiorno a Berna. Il clima disteso e non competitivo vi permetterà di dialogare e condividere esperienze con altre persone che hanno gli stessi problemi ed interessi e realizzare l'auspicato incontro con i giovani.

E' come mangiare le ciliegie. Uno dopo l'altro si apriranno davanti ai vostri occhi mondi insospettati, pieni di fascino, che vi faranno sentire informati, consapevoli e positivi in un mondo che vorrebbe avvilarci con le preoccupazioni economiche.