

A volte i luoghi comuni più vietati trovano conferma nel dato scientifico. Quante volte abbiamo sentito parlare di persone che, avendo smesso di lavorare, sono “apassite” del tutto, benché ancora giovani? Giornate vuote, pochi interessi e molta noia. Ebbene, una ricerca pubblicata nel 2008 dall'*American Journal of Epidemiology* - e svolta su un campione di cittadini greci - mette in relazione il pensionamento con un aumento dei rischi per la salute. In sostanza, se si va in pensione più tardi forse si campa anche più a lungo.

Premesso che ogni ragionamento va rapportato a quel privilegiato spicchio della popolazione mondiale che conosce benessere e quindi standard di vita elevati, la questione è molto seria. Nelle società occidentali la vita media va allungandosi e ormai si aggira sugli ottant'anni, qualcosa di più per le donne qualcosa di meno per gli uomini.

L'allungamento di quello che gli anglosassoni chiamano *life-span* ha molteplici implicazioni, delle quali si è voluto occupare un convegno organizzato a Milano dalla Fondazione Carlo Erba: “Essere anziani oggi: età anagrafica o età biologica?”.

UNA VECCHIAIA CREATIVA

Sul versante scientifico si procede su un doppio binario. Da un parte la medicina *anti-aging* punta a rallentare i processi di invecchiamento, dall'altro la ricerca farmacologica investe sempre di più sulla lotta alle malattie neurodegenerative (vedi box a pag. 29).

Massimo Reichlin - della facoltà di Filosofia dell'Università Vita-Salute San Raffaele di Milano - si è domandato se le due cose siano compatibili: «È giusto investire sul potenziamento della vita, sottraendo risorse alle terapie vere e proprie? E ancora, vivendo più a lungo si diventa più soggetti a malattie e quindi si incide maggiormente, in termini di costi, sulla sanità pubblica. È giusto far pagare tali costi alle nuove generazioni?». Ragioni etiche che, ci permettiamo di obiettare, passano spesso in second'ordine dinnanzi a motivazioni meno elevate, ovvero più commerciali.



Anziani,

Quanto alla vecchiaia prolungata, Reichlin la vede non come una mera aggiunta al nostro tempo di vita ma come un'occasione di rinnovamento. L'obiettivo di una vecchiaia creativa diventa allora possibile, compatibilmente con una salute accettabile. Valutazioni condivise anche da Gian Carlo Blangiardo, della facoltà di Scienze statistiche di Milano-Bicocca: la vecchiaia non più come stagione del disarmo. Tenendo fede alla sua natura di studioso dei numeri, Blangiardo ha anche ricordato che «i sei milioni di ultrasessantacin-

quenni dei primi anni Settanta sono già oggi raddoppiati e possono realisticamente triplicarsi nei prossimi trent'anni». È evidente allora che tutto il sistema del welfare, dalle pensioni alla sanità, va rivisto. Per la politica sarà, nei prossimi anni, la sfida più cruciale.

NATURA E CULTURA

Il segreto della longevità? Molto fa la natura, ma poi ci dobbiamo mettere del nostro. Ne ha parlato John E. Morley, insigne geriatra dell'Università di St. Louis. «Il 20-30 per cento dell'invec-

chi si ferma è perduto

La popolazione invecchia e al contempo cresce il divario tra età anagrafica ed età biologica, con tutte le implicazioni del caso. La longevità? Una miniera di occasioni. Un incontro a Milano

DI GIUSEPPE TANDOI

chiamento è dovuto ai geni, il resto è un insieme di componenti che favoriscono una vita lunga. Le ricerche concordano nel sostenere che tali componenti siano l'astinenza dal fumo, il consumo contenuto di alcol, l'esercizio fisico, un'alimentazione con molta frutta e verdura». Morley ha aggiunto che probabilmente l'esistenza di un rapporto sentimentale stabile agevola anch'essa. Ma qui si entra nella sfera psicologica, difficile da codificare, anche se lo studioso americano ha individuato nella ricchezza della vita religiosa o, in senso più ampio, spirituale, un'arma in più per *aging successfully*, invecchiare con soddisfazione. Sulla stessa falsariga l'intervento di Laura Fratiglioni, direttrice del Centro di ricerca sull'invecchiamento del Karolinska Institutet di Stoccolma. Posto che ci sono tre tipi di salute - fisica, psicologica e sociale - non si può nemmeno trascurare la componente "stocastica" del *life span*. Di cosa si tratta? Del ruolo

del caso, o meglio, come ha spiegato Fratiglioni, «dell'interazione tra le possibilità individuali di sopravvivenza e gli imprevedibili eventi che possono accadere nel corso della vita».

Con la consueta ironia Domenico De Masi, ordinario di Sociologia alla Sapienza, ha posto un interrogativo curioso: «Oggi l'aspettativa di vita per un italiano è di 800.000 ore ma di esse solo 80.000, in media, sono dedicate al lavoro dipendente. Togliamo le ore dedicate al sonno e alla cura personale, come impiega un individuo tutto il resto del tempo della sua vita?» In sostanza, non è vero che il lavoro assorbe gran parte dell'esistenza individuale e, d'altro canto, è vero che chi va in pensione ha una disponibilità di tempo infinita. Oggi gli ultrasessantenni sono quasi dieci milioni, molti dei quali estromessi dal mondo del lavoro: «A sessant'anni», ha ribadito De Masi, «si è ancora forti, sani e lucidi. Eppure le aziende

continuano a disfarsi dei loro sessantenni: bene addestrati, ben formati, meno bellicosi, dotati di una vasta rete di conoscenze, liberi dai problemi familiari che comportano ferie matrimoniali, assenze per maternità o paternità». Non a caso molti pensionati si "riciclano" inventandosi consulenti o aprendo uffici in proprio. Si rendono conto di avere raggiunto una maturità professionale che sarebbe un peccato non fare fruttare: sia dal punto di vista puramente economico sia in termini di gratificazione personale, quella che non dovrebbe mai mancare (ma spesso manca) in ogni attività lavorativa.

CONTRO GLI STEREOTIPI

«Quello dell'anziano oggi è uno stereotipo, mentre all'interno di questa categoria è presente una grande variabilità di condizioni e di comportamenti. Dipendono dalla salute, dallo status sociale. Molti anziani oggi riescono a esprimersi in modo creativo, ma altrettanti non sono nemmeno autosufficienti». Parola di Marcello Cesa Bianchi, decano della psicologia italiana. Ha appena pubblicato, con Carlo Cristini, *Vecchio sarà lei! Muoversi, pensare, comunicare*, nel quale raccoglie dottrina scientifica e racconti di vita per fare luce sulla vecchiaia nel 2000. Non più sinonimo, questo è certo, di tramonto. Da anziano ancora attivissimo, Cesa Bianchi ha ricordato che i suoi coetanei «non temono tanto la morte quanto la solitudine, l'abbandono e la sofferenza. Solidarietà e speranza sono le medicine di cui hanno bisogno».

E qui rimane aperto il dilemma legato all'età, come sottolineato da Marco Trabucchi, presidente dell'Associazione italiana di psicogeriatrica: «È vero che l'età biologica progredisce ma rimangono invariati tutti i problemi legati all'età anagrafica della popolazione anziana: abbandono, mancanza di mezzi economici, carenza delle strutture assistenziali». Se un anziano non ha di che vivere, non sa che farsene della sua lucidità mentale.

E Big Pharma investe

Da un ampio servizio di *Affari & Finanza* di *Repubblica* del 20 aprile scorso ricaviamo gli ultimi aggiornamenti sulle *pipeline* dei maggiori gruppi farmaceutici.

Big Pharma punta sempre di più sulle patologie legate all'invecchiamento, Alzheimer e Parkinson in primis ma anche diabete, osteoporosi e rischio cardiovascolare.

La sfida delle sfide è quella che si gioca nel campo delle malattie neurodegenerative, per le quali non esistono ancora terapie risolutive ma cure volte a contenere i sintomi. Novartis, Bristol-Myers Squibb, AstraZeneca e Roche stanno portando avanti lo sviluppo di molecole innovative per patologie la cui incidenza è destinata purtroppo ad aumentare. Stime attendibili parlano, a oggi, di 26 milioni di malati di Alzheimer nel mondo; potrebbero diventare il quadruplo entro il 2050.