

HOME • BENESSERE • SALUTE E LOGI. #OLDLIVESMATTER: CONTRO SOLITU... DEGLI ANZIAN...  
FOCUS ON: 1 Segreti d ezza 2 Prevenzione quotidiana 3 Shoppable 4 L'oroscopo del giorno

16 NOVEMBRE 2020 • SALU PSICOLOL

## #OldLivesMatter: contro solitudine degli anziani e ageismo, ecco cosa possiamo fare

In occasione della Giornata Nazionale contro la Solitudine dell'Anziano, il convegno e le iniziative europee per limitare gli effetti del distanziamento sociale necessario in tempi di Covid 19. Contro ageismo e isolamento

di LAURA SALONIA



**L**a solitudine come “distanziamento sociale protettivo” è necessaria in tempo di Covid 19.

Ma occorre fare in modo che non diventi una patologia sociale che penalizza soprattutto gli anziani. A 20 anni dalla promulgazione dell'art. 25 della Carta dei Diritti Fondamentali dell'UE, che riconosce “*il diritto degli anziani a condurre una vita dignitosa e indipendente e a partecipare alla vita sociale e culturale*” – la [Società Italiana di Geriatria e Gerontologia \(SIGG\)](#) e la [Società Italiana di Geriatria Ospedale e Territorio \(SIGOT\)](#) aderiscono alla **campagna globale contro la discriminazione nei confronti degli anziani** promossa dalla Società Scientifica francese di Geriatria e Gerontologia (SFGG), in collaborazione con le società di geriatria europee, americane e asiatiche. Il motto che accomuna tutte le società scientifiche e milioni di persone (non solo anziane) in tutto il mondo è: **#OldLivesMatter**.





Coronavirus e anziani: il decalogo

**SFOGLIA LA GALLERY**

## La solitudine nelle città: è pandemia sociale

È questo il titolo e il tema del quale si è parlato durante il 3° Convegno Nazionale AIP Lotta alla Solitudine, che si è svolto sabato 14 novembre 2020 a Padova. «La **solitudine è un fattore di rischio mortale**: il necessario distanziamento sociale, quindi fisico ed emotivo, imposto dalla pandemia da Covid-19 ha lasciato gli anziani ancora più esposti alla solitudine. «Contro questo isolamento sociale – fattore predittivo di mortalità alla pari di fumo, obesità, pressione arteriosa elevata e colesterolo alto – l'Associazione Italiana di Psicogeriatria ha organizzato “La città e le sue solitudini”, terza edizione del Convegno Nazionale sulla Lotta alla Solitudine», spiegano gli organizzatori.

LEGGI ANCHE

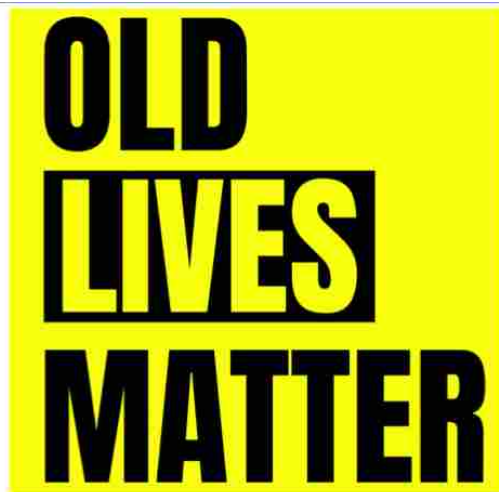
› **Solo gli anziani a casa in lockdown? La risposta della Società di Geriatria**

# La Giornata Nazionale contro la Solitudine dell'Anziano

Celebrare la **Giornata Nazionale contro la Solitudine dell'Anziano** (15 novembre) proprio durante questa crisi sanitaria e sociale significa riconoscere alle persone anziane un **ennesimo atto di resilienza**.

«Paradossalmente **proprio quella che è sempre stata la principale fonte di benessere, il contatto umano, è diventato un possibile fattore di rischio biologico**»

ha spiegato Marco Trabucchi, presidente dell'Associazione Italiana di Psicogeriatrici. «La solitudine però non è un rifugio, ma una gabbia. Soprattutto nelle città, pericolosi contenitori di solitudini». «La solitudine è una condizione severa, che si acutizza nella terza età, inquina la qualità della vita ed è correlata a una più alta mortalità», ha aggiunto il professor Diego De Leo, vice presidente dell'Associazione Italiana di Psicogeriatrici. «Siamo di fronte a una vera pandemia sociale che fa tantissime vittime. Lottando contro l'isolamento riannodiamo i fili di un **tessuto sociale che, come una rete, sostiene tutti. Le relazioni significative salvano la vita**».



## Nel 2050 gli over 60 saranno 2 miliardi

Meglio rivedere il modo di immaginare, pensare e trattare gli anziani. Perché in questo mondo saremo sempre più vecchi, secondo le stime dei ricercatori. Nel 2050, le proiezioni stimano che le persone di età

pari o superiore a 60 anni saranno due miliardi. «La società sarà in grado di trarre vantaggio da questa popolazione che invecchia se invecchieremo tutti in buona salute. Ma per questo, dobbiamo eliminare i pregiudizi sull'età», spiega il professor Olivier Guérin, presidente della SFGG, la Società francese di Geriatria e Gerontologia.

LEGGI ANCHE

> **Covid, buone notizie dal vaccino Oxford: genera una forte risposta immunitaria negli anziani**

> **Seconda ondata Covid: come proteggere gli anziani. Le regole per badanti e familiari**

## Solitudine e discriminazione degli anziani

La **solitudine** degli **anziani** passa anche dall'**ageismo**.

Ovvero la **discriminazione nei confronti di una persona in base alla sua età**, in particolare verso gli anziani. Basta compiere 50 anni e ci si trova subito "nell'altra sponda", quella dei boomers, dei vecchi. È un **fenomeno sempre più diffuso, ma a differenza di sessismo e razzismo, non è punito dalla legge**.

Secondo uno studio condotto a livello europeo, il **28% degli anziani ha riferito episodi di intolleranza** addirittura più di coloro che subiscono atti di sessismo (22%) e razzismo (12%). In uno dei settori che riguarda gli aspetti principali della vita della persona anziana, ossia quello della sanità, il **30% degli over-60 ha dichiarato di essere trattato in modo ingiusto** a causa dell'età.



Getty Images

## Stereotipi killer

Secondo quanto emerso dal Convegno di Padova, la **maggior parte delle persone non è conscia di**

contribuire alla diffusione di stereotipi nei confronti degli anziani che tuttavia li distrugge lentamente. Al punto da renderli più fragili, non solo emotivamente. Ma da influire sulla loro salute e longevità. Uno studio riportato dalla ***Società francese di Gerontologia e Geriatria*** ha dimostrato che le persone esposte a un comportamento negativo nei riguardi dell'invecchiamento **vivono in media 7 anni e mezzo in meno** rispetto alle altre.

LEGGI ANCHE

› [Vitamina D e anziani: come migliorare memoria e funzioni cognitive a tavola](#)

## #OldLivesMatter: 3 video contro l'ageismo

«Rispetto al razzismo e al sessismo, l'ageismo è ancora relativamente tollerato perché, a differenza dei primi due fenomeni, è l'unica discriminazione non punita dalla legge e a volte gli anziani si considerano troppo vecchi per trarre beneficio dalle cure più avanzate perché ritengono sia normale essere malati a partire da una certa età», affermano **Raffaele Antonelli Incalzi**, presidente **SIGG** e **Alberto Pilotto**, presidente **SIGOT**.

