



## **SALUTE E TERZA ETÀ, UN BINOMIO POSSIBILE**

*La popolazione siciliana è sempre più longeva, secondo il trend nazionale che registra un notevole allungamento della vita media.*

*E dalla facoltà di Medicina dell'Università degli Studi di Catania arrivano delle preziose indicazioni per vivere al meglio la terza età.*

Secondo le stime dell'Istat, attualmente in Italia una persona su tre ha più di sessanta anni, una su venticinque ne ha più di ottanta e una su quattromila è addirittura ultracentenario.

L'età media per le donne è di 84,2 anni (in Sicilia 83,0) e per gli uomini 78,9 (sempre in Sicilia, 78,2).

I dati a disposizione parlano chiaro: negli ultimi dieci anni, nel nostro Paese, la vita media ha registrato un aumento di 2,4 anni per la popolazione maschile e di 1,7 per quella femminile: gli italiani sono un popolo molto longevo, dunque, tanto che non ci si stupisce quasi più dei soggetti che festeggiano il secolo di vita.

I numeri impongono però delle riflessioni.

La vita media si allunga, ma è lecito affermare che al fenomeno della longevità non sia sempre associata, in Italia, la cultura della buona salute nella terza età.

Eppure, è la nostra stessa Costituzione a definire la salute un bene sociale irrinunciabile, appannaggio di tutti senza distinzioni, ed è la stessa Costituzione che si impegna a garantirla, fino alla conclusione naturale dei giorni.

Come sosteneva il poeta romano Marco Valerio Marziale, "vita non est vivere, sed valere vita est": ovvero, la vita non è vivere, ma stare bene.

In poche parole: la vita non è semplicemente un fatto "fisico", ma attiene alla capacità di affermare se stessi, realizzando qualcosa di utile per la collettività, capace di imprimere un segnale forte.

Oggi i confini anagrafici si sono dilatati: basti pensare che nel linguaggio geriatrico, solo coloro che hanno superato i 110 anni vengono definiti "vecchi dei vecchi".

Di recente, dalla facoltà di Medicina dell'Università degli Studi di Catania sono giunti alcuni semplici suggerimenti per vivere al meglio la terza età: occorre partire dalla maturità, ovvero intorno ai cinquant'anni, per giungere preparati alla vecchiaia vera e propria, preservando con attenzione, laddove sia possibile, le condizioni di autonomia e di autosufficienza; è importante sottolineare, infatti, che quando si parla di salute degli anziani non si può escludere la presenza di patologie come il diabete, l'ipertensione, l'artrosi, l'osteoporosi, la depressione.



Un soggetto anziano è, semmai, in salute se riesce a “gestire” e controllare i disturbi già presenti, preferibilmente nell’ambito di una condizione di autonomia. Le malattie proprie della senilità ridimensionano considerevolmente la qualità della vita e devono essere contrastate continuamente, sia sul versante diagnostico che su quello terapeutico: purtroppo, in questo pressing, non tutti i soggetti riescono a mantenere inalterata la propria autonomia.

Ecco perché riteniamo la tutela degli anziani non autosufficienti prioritaria, e siamo in prima linea per l’istituzione, a livello regionale, di uno specifico fondo dedicato alle persone non più in grado di gestire se stesse.

Veramente lodevole, in tal senso, è il contributo di idee, energie e tempo che molte associazioni di volontariato mettono a disposizione, ma la risposta vera deve arrivare dal Servizio Sanitario Nazionale, che non può sottrarsi all’obbligo di offrire agli anziani tutte le opzioni e gli strumenti degni di una nazione civile.

Le malattie croniche, per esempio, necessitano di un intervento che solo il SSN può fornire; attualmente, nei distretti e nelle città mancano, ed è una grave lacuna, i centri dedicati all’osservazione della salute degli anziani, dove sia possibile, una volta effettuate le visite, predisporre tutte le procedure socio – assistenziali necessarie.

Realtà che per la Sicilia e il Mezzogiorno rappresenterebbero una conquista in tema di welfare, ma che in altri Paesi sono strutture consolidate.

Antonino Toscano  
Segretario generale Uil Pensionati Sicilia