

# Il benessere in età anziana è scritto nella storia di vita

scritto da Ilaria Rocco | 5 Maggio 2015

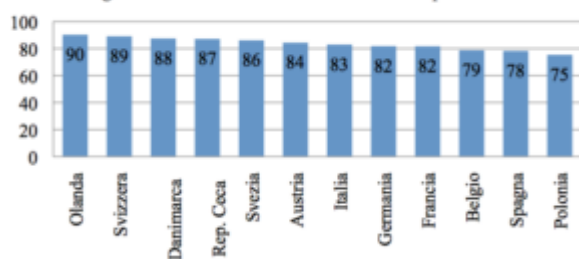


Ognuno vorrebbe vivere il più a lungo possibile, godendosi la propria vita, i propri affetti e i frutti del proprio lavoro. Negli ultimi decenni le innovazioni tecnologiche e i progressi conseguiti in vari ambiti, da quello sanitario a quello socio-economico, hanno consentito l'allungamento della durata della vita media, che in Europa ha raggiunto i 78 anni per gli uomini e gli 83 per le donne. Questo cambiamento può essere considerato una vera conquista solamente se gli anni guadagnati sono caratterizzati da una buona salute e da una qualità della vita soddisfacente.

## La disabilità

Per quanto i percorsi di vita differiscano da persona a persona, arrivati ad una certa età, sia pur con tempi e intensità diverse, è praticamente inevitabile iniziare a fare i conti con acciacchi e malattie. Non è quindi tanto la presenza di malattie, o più in generale di uno stato di salute parzialmente compromesso, a precludere un buon invecchiamento, quanto piuttosto le sue possibili conseguenze, in particolare la condizione di disabilità che limita l'autonomia di una persona, ostacolando lo svolgimento delle attività quotidiane e condizionando pesantemente la qualità della vita. Per approfondire questo tema si è analizzato un campione rappresentativo di anziani<sup>1</sup> sui dati dell'indagine SHARE (*Survey of Health, Ageing and Retirement in Europe*) relativa all'anno 2011 e della rilevazione trasversale SHARELIFE del 2008/2009. I risultati ottenuti mostrano che solamente il 15% dei componenti del campione non ha sperimentato nessuna malattia cronica. Gli anziani liberi da limitazioni nelle attività quotidiane sono invece l'82%, anche se tra questi ben l'82,5% soffre di almeno una malattia cronica.

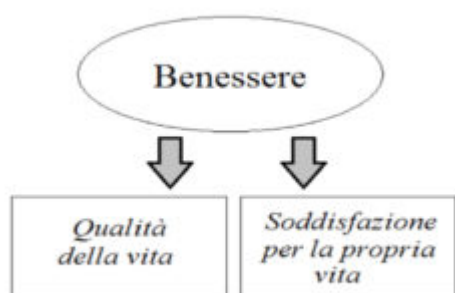
Figura 1: Percentuale di assenza di disabilità per Paese



Tra i Paesi considerati la Polonia è quella messa peggio (con solo il 75% di anziani liberi da disabilità), mentre l'Olanda è in cima alla graduatoria (90%). L'Italia si colloca in una posizione intermedia con l'83% degli intervistati liberi da limitazioni nelle attività quotidiane (Fig. 1).

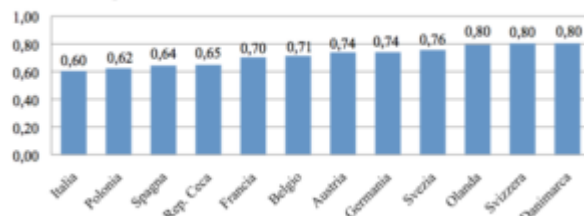
## Il benessere personale

Figura 2: Costruzione del fattore benessere



Godere di una buona salute in età anziana è una componente essenziale dell'autonomia e del benessere di una persona, in quanto consente di mantenere un ruolo attivo all'interno della propria

Figura 3: Media del fattore benessere standardizzata da 0 a 1



famiglia e della società.

Il concetto di benessere è molto complesso: probabilmente non esiste una definizione universalmente accettata, ma è fondamentale tener conto dell'intero corso di vita di una persona (Fig.2). Dal confronto dei Paesi considerati emerge che in Italia, pur se lo stato di salute fisica è nel complesso buono, il benessere percepito è invece più basso (Fig. 3).

## Il percorso individuale ed il processo di invecchiamento

La relazione tra assenza di disabilità e benessere in età avanzata è resa più complessa dall'azione di una serie di fattori. Oltre al Paese di residenza e ad alcune caratteristiche demografiche, pesano le esperienze vissute durante l'infanzia, gli eventi traumatici sperimentati nel corso della vita e le condizioni socio-economiche vissute nell'età adulta.

Le analisi esplorative effettuate<sup>2</sup> hanno permesso di confermare che la salute sperimentata in età anziana ha un effetto importante sul benessere percepito. Diamo qui conto in sintesi dei risultati principali (per dettagli v. Rocco 2015)\*.

L'aumentare dell'età riduce fortemente sia la salute sia il benessere percepito; in particolare quando un anziano raggiunge gli 80 anni sperimenta un rapido crollo delle proprie condizioni psico-fisiche. A

parità di età sono le donne a percepire il benessere minore, ma quando hanno la fortuna di vivere ancora con il partner al proprio fianco dichiarano un benessere molto più elevato.

L'esperienza di eventi traumatici, in particolare la perdita del partner o di un figlio, risulta infatti avere un importante impatto sul processo di invecchiamento: chi non sperimenta nessun evento traumatico<sup>3</sup> nel corso della vita beneficia sia di miglior salute sia di miglior benessere.

È risultato inoltre che le condizioni in cui una persona versa in età anziana sono ancora fortemente legate alla sua storia di vita. Ripercorrendo il corso di vita individuale è emerso che il periodo dell'infanzia influenza le fasi di vita successive. Una persona che sperimenta condizioni socio-economiche positive durante l'infanzia vive in condizioni vantaggiose anche in età adulta e conseguentemente è portata ad affrontare un processo di invecchiamento all'insegna di un benessere e di una salute migliori. Al contempo, gli anziani che godono del benessere maggiore sono quelli che hanno sperimentato una buona salute da bambini.

Va tenuto presente che godere di una buona salute in età anziana amplifica fortemente gli effetti di tutti i diversi fattori considerati sul benessere percepito in quell'età.

Infine, si sono osservate importanti disparità tra i Paesi considerati, in particolare relativamente al benessere percepito. Sebbene gli Italiani sperimentino un buono stato di salute, sono risultati gli anziani che percepiscono il livello di benessere più basso. Tale risultato può essere dovuto a un effetto crisi: si potrebbero quindi analizzare i dati relativi alle rilevazioni precedenti, per verificare se il benessere percepito è diminuito o se invece era già il più basso prima dell'inizio della crisi.

## **Per saperne di più**

\*Ilaria Rocco, *Benessere ed invecchiamento in buona salute in Europa: relazioni e determinanti mediante modelli ad equazioni strutturali*, Tesi di Laurea Magistrale in Scienze Statistiche presso l'Università degli Studi di Padova, Febbraio 2015.

## **Bibliografia essenziale di riferimento sul tema:**

- A. Bollen, *Structural Equations with Latent Variables*, John Wiley & Sons, New York, 1989.
- Mazzona, *The long-lasting effects of family background: A European cross-country comparison*, in *Economics of Education Review*, Vol. 40, pp. 25–42, 2014.
- L. Niedzwiedz, S. Katikireddi, J.P. Pell e R. Mitchell, *The association between life course socioeconomic position and life satisfaction in different welfare states: European comparative study of individuals in early old age* in *Age and Ageing*, 43, pp. 431–436, 2014.

<sup>1</sup> Campione di 11043 unità di persone con almeno 65 anni di età residenti in Austria, Belgio, Danimarca, Francia, Germania, Italia, Olanda, Polonia, Repubblica Ceca, Spagna Svezia e Svizzera.

<sup>2</sup> Si è ricorsi ai Modelli ad Equazioni Strutturali Generalizzati (GSEM)

<sup>3</sup> Eventi traumatici considerati: perdita del partner, perdita di un figlio, aver sofferto la fame, essere stato vittima di persecuzioni e aver affrontato gravi difficoltà finanziarie.