

# Anziani, a Bergamo il 33% vive in solitudine: più aiuti

Per gli over 65 esteso il protocollo d'intesa Comune-Ordine degli psicologi

Le famiglie sempre più ristrette, i figli e i nipoti più distanti, gli anziani sempre più soli. A Bergamo un over 65 su tre vive da solo. E cresce l'allarme, perché da soli si è più fragili, sia fisicamente che psicologica-

mente. «Serve una riflessione, occorre capire che gli anziani sono una risorsa e non un peso», rimarca Emi Bondi, presidente della Società italiana di Psichiatria. Intanto il Comune di Bergamo punta a potenziare le iniziative:

il protocollo d'intesa sottoscritto nei mesi scorsi tra Palazzo Frizzoni e Ordine degli psicologi della Lombardia verrà esteso con un focus dedicato agli anziani, per progettare iniziative dedicate al sostegno psicologico,

al contrasto della solitudine, alla promozione di iniziative nei Centri per tutte le età (Cte) e per «ingaggiare» anche la fascia d'età tra i 55 e i 65 anni, così da prepararla a invecchiare bene.

BONZANNI A PAGINA 14



# Anziani in solitudine, cresce l'allarme Comune e psicologi potenziano i sostegni

**Il fenomeno.** Un over 65 su tre in città vive solo. Palafrizioni estende il protocollo d'intesa con l'Ordine: coinvolti anche i Cte. Aumentano i bisogni: 550 persone con «custodia sociale». Emi Bondi: «Sono una risorsa, non un peso»

## LUCA BONZANNI

Le famiglie sempre più ristrette, i figli e i nipoti più distanti, gli anziani sempre più soli. A Bergamo un over 65 su tre vive da solo. L'equazione della solitudine porta a una crescita delle fragilità, quelle materiali e soprattutto quelle che impattano sulla sfera psicologica e psichica: isolamento sociale, depressione, decadimento cognitivo.

### Sale la depressione

«Il disagio tra la popolazione anziana si è notevolmente accentuato, con un ruolo im-

portante determinato dalla solitudine - riflette Emi Bondi, presidente della Società italiana di psichiatria e direttrice del dipartimento di Salute mentale e delle Dipendenze dell'Asst Papa Giovanni -. Gli studi indicano a livello nazionale che il 15 per cento degli anziani vive una condizione di solitudine, cioè in una settimana non parla al telefono e non incontra nessuno al di fuori di un commerciante o di una persona che si occupa di servizi essenziali, e in questa popolazione l'incidenza della depressione sale

al 30 per cento. La solitudine, secondo uno studio statunitense, porta a un rischio di mortalità equivalente a fumare 15 sigarette al giorno: aumenta le probabilità di sviluppare non solo depressione o demenza, ma anche tumori».

Fattori sociali e fattori demografici disegnano una nuova vecchiaia: «L'età media è aumentata notevolmente, mentre si tende a fare meno figli e gli anziani hanno meno nipoti - ragiona Bondi -. I mutamenti sociali portano poi più frequentemente i figli

e i nipoti lontano dai propri parenti per motivi di lavoro o di studio, così c'è meno disponibilità ad accudire gli anziani. Nelle coppie anziane la perdita di un componente, il compagno di una vita, è un trauma molto forte, con conseguenze pesanti: anche nel Covid e dopo il Covid abbiamo visto suicidi tra gli anziani che erano rimasti soli, perché ritenevano impossibile affrontare la vita in solitudine».

#### «Serve una riflessione»

Per affrontare questa sfida servono grandi e piccole scelte, «cominciando dal guardarci intorno, partendo dalle persone sole che vivono nel nostro vicinato – è l'esortazione di Bondi -. Serve una riflessione a livello più ampio, pensando a modalità di coinvolgimento, intervento e vicinanza: dobbiamo considerare gli anziani come risorse, non come un peso».

#### I servizi

I contorni della solitudine in città trovano traccia nell'impegno dei Servizi sociali per prendere in carico gli anziani più fragili: il Comune di Bergamo segue circa 400 persone col Sad (Servizio di assistenza domiciliare), 550 con la «custodia sociale» (un servizio di prossimità), 300 con «Telecare» (assistenza da remoto), un centinaio con «Tornare a casa» (dedicato a chi fa rientro al domicilio dopo un ricovero in ospedale), una trentina dal «pronto intervento sociale» (alcune persone sono inserite in più progetti), e Palazzo Frizzoni sostiene un centinaio di persone in Rsa

tramite contributi per le rete.

#### Patto rafforzato

Ora un nuovo tassello. Il protocollo d'intesa sottoscritto nei mesi scorsi tra Comune di Bergamo e Ordine degli psicologi della Lombardia verrà esteso con un focus dedicato agli anziani, per progettare iniziative dedicate al sostegno psicologico, al contrasto della solitudine, alla promozione di iniziative nei Centri per tutte le età (Cte) e per «ingaggiare» anche la fascia d'età tra i 55 e i 65 anni, così da prepararla a un protagonismo anche quando entrerà nell'età anziana.

La collaborazione tra Comune e Ordine degli psicologi è in corso ormai da quattro anni esatti, dal pieno della pandemia, per fornire un supporto in quelle settimane di estremo impatto emotivo, e con il tempo si è poi estesa anche su altri fronti, come per lo sportello in favore delle vittime di reato. «Abbiamo pensato di concentrarci ulteriormente sul tema della longevità – spiega Marcella Messina, assessore comunale alle Politiche sociali -. L'obiettivo è lavorare anche con un target di popolazione che si avvicina ai 65 anni, per accompagnarlo all'invecchiamento nella maniera più giusta e attiva, con un'ottica di prevenzione. Proveremo anche a costruire dei focus group nei Centri per tutte le età per intercettare precocemente i bisogni della popolazione e l'orientamento verso servizi specialistici». «Mettiamo al centro un biso-

gno sempre più presente – sottolinea Laura Parolin, presidente dell'Ordine degli psicologi della Lombardia -. L'anziano ha necessità di poter essere ascoltato, per trovare risposte che facilitino il benessere psicologico e la qualità della vita. I bisogni di sostegno psicologico sono cresciuti in maniera significativa: questa iniziativa va così nella direzione di dare risposte concrete, all'interno di un network virtuoso».

#### Progetti dell'Università

L'aggiornamento del protocollo, aggiunge Diana Prada, referente territoriale dell'Ordine per Bergamo e provincia, «sottolinea come l'attenzione ai bisogni sia in continua evoluzione. La salute si fa sul territorio e in dialogo con il sociale».

Prezioso è il contributo di ricerca e di visione dell'Università di Bergamo, che ha in corso diversi progetti sul tema della longevità, anche in collaborazione con il Comune: «Dobbiamo pensare non solo a una popolazione che invecchia, ma che si prepara a invecchiare, allargando le possibilità di una longevità che ci viene data dal progresso – riflette Francesca Morganti, professoressa di Psicologia dell'invecchiamento e delegata del rettore al Public engagement -. Bisogna pensare alla longevità e alla salute come il potenziamento di una nuova "mappa della vita": gli anni in più che ci vengono dati devono essere riempiti di progetti, possibilità e responsabilità».

© RIPRODUZIONE RISERVATA





**Anziani: a Bergamo un over 65 su tre vive da solo**