La condizione di salute degli anziani in Italia

L'articolo propone un'analisi e una rielaborazione di alcuni dati ISTAT sull'invecchiamento della popolazione, focalizzandosi in particolare sulla percezione della condizione di salute, gli stili di vita alimentare, l'assunzione di farmaci, il grado di soddisfazione della propria qualità di vita e le relazioni sociali.

Di Franco Cirio *(Responsabile per le professioni sanitarie del Dipartimento continuità dell'assistenza ospedale-territorio dell'ASL Città di Torino)*, Pietro Cissello *(Infermiere Servizi territoriali e distrettuali ASL Città di Torino)*

In Italia la popolazione ultrasessantacinquenne nel decennio 2010-2019 è passata da 12.206.470 del 2010 (il 20.2% della popolazione totale) a 13.693.215 del 2019 (22.9%) con un incremento di 1.486.745 persone. L'ISTAT annualmente raccoglie e sistematizza i dati sugli aspetti strutturali e dinamici dell'invecchiamento della popolazione italiana e si propone quale strumento di approfondimento per policy maker, operatori sociali, studiosi e cittadini.

Le informazioni reperibili sul sito Anziani.Stat sono organizzate in modo coerente e omogeneo e vengono aggiornate periodicamente. Il sistema consente anche analisi territoriali fino al livello regionale. I dati raccolti negli anni permettono una comparazione e una valutazione dell'evoluzione nel tempo di alcune condizioni demografiche, sanitarie e sociali: la composizione nuclei famigliari, la prevalenza delle principali patologie croniche, della comorbilità, dell'assunzione di farmaci, gli stili di vita (alimentare, fumo, sedentarietà), vita di relazione e associativa, eventuale povertà economica, utilizzo di aiuti domiciliari, e soddisfazione della propria esistenza.

Alcuni di questi dati, relativi agli anni 2010-2019, come la percezione della condizione di salute degli anziani, i loro stili di vita alimentare, l'assunzione di farmaci, il grado di soddisfazione della propria qualità di vita, le relazioni sociali, sono stati analizzati in questo studio, mettendoli a confronto tra loro per valutarne l'evoluzione.

Speranza di vita e percezione di salute

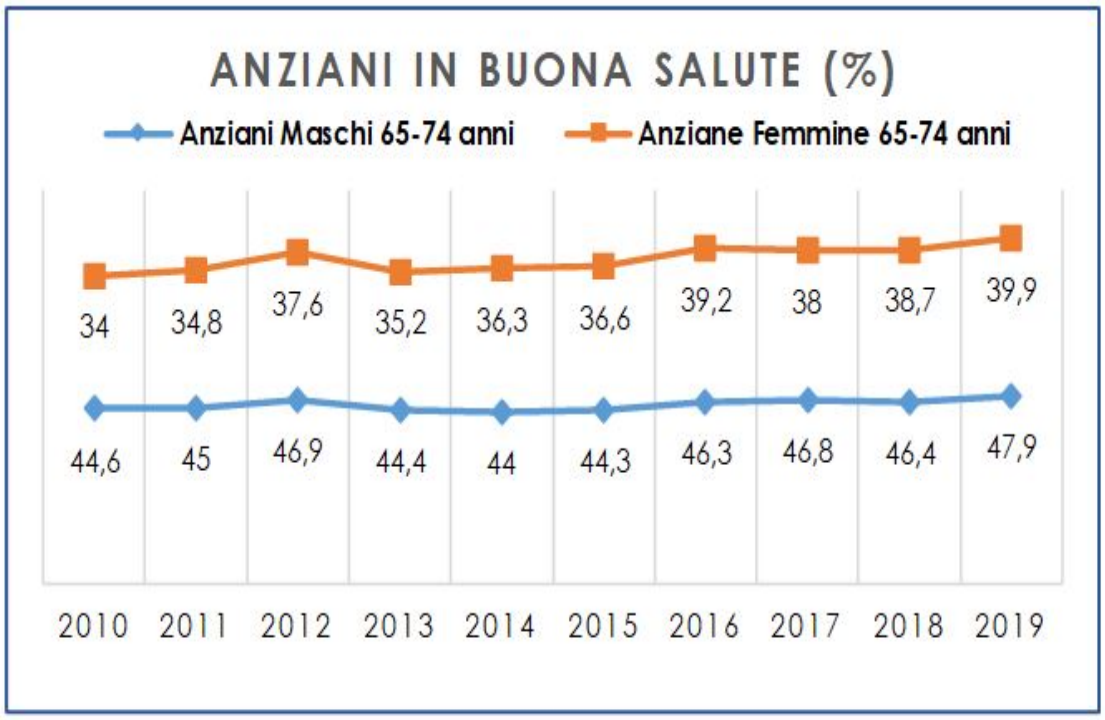
L'aumentata speranza di vita costituisce un successo per il welfare del nostro Paese, che da tempo si colloca tra i paesi più longevi al mondo, superando nel 2017 per il genere maschile, tutti gli altri dell'Unione Europea. Gli indicatori sulla dimensione qualitativa della sopravvivenza mostrano che ad essere aumentata è la vita media in buona salute.Le donne che nel 2020 hanno 80 anni possono aspettarsi di viverne almeno altri 10 e i loro coetanei maschi poco meno di 9.

Negli ultimi 10 anni, **gli anziani a 65 anni hanno guadagnato più di un anno di speranza di vita in buona salute** (da 5,6 nel 2009 a 7,3 nel 2019). Cosi, le donne a 65 anni possono aspettarsi di vivere in buona salute almeno il 30% degli anni che restano loro, gli uomini più del 40%. Per le persone ottantenni, questa prospettiva si riduce solo di poco, scendendo al 23,6% dei 10 anni che restano ancora da vivere per le donne e al 33% dei 9 anni per gli uomini.

La percezione di buona salute, che consente di cogliere il più ampio concetto di salute[1]definito dall'Organizzazione Mondiale della Sanità, è complessivamente maggiore tra gli anziani di genere maschile, seppure l'incremento nell'ultimo decennio sia stato maggiore nelle femmine in età tra 65 e i 74 anni (coefficiente di correlazione di Pearson r=0.88 Vs. 0.61 dei maschi), e nei maschi ultra settantacinquenni (r= 0.9 vs. 0.86).

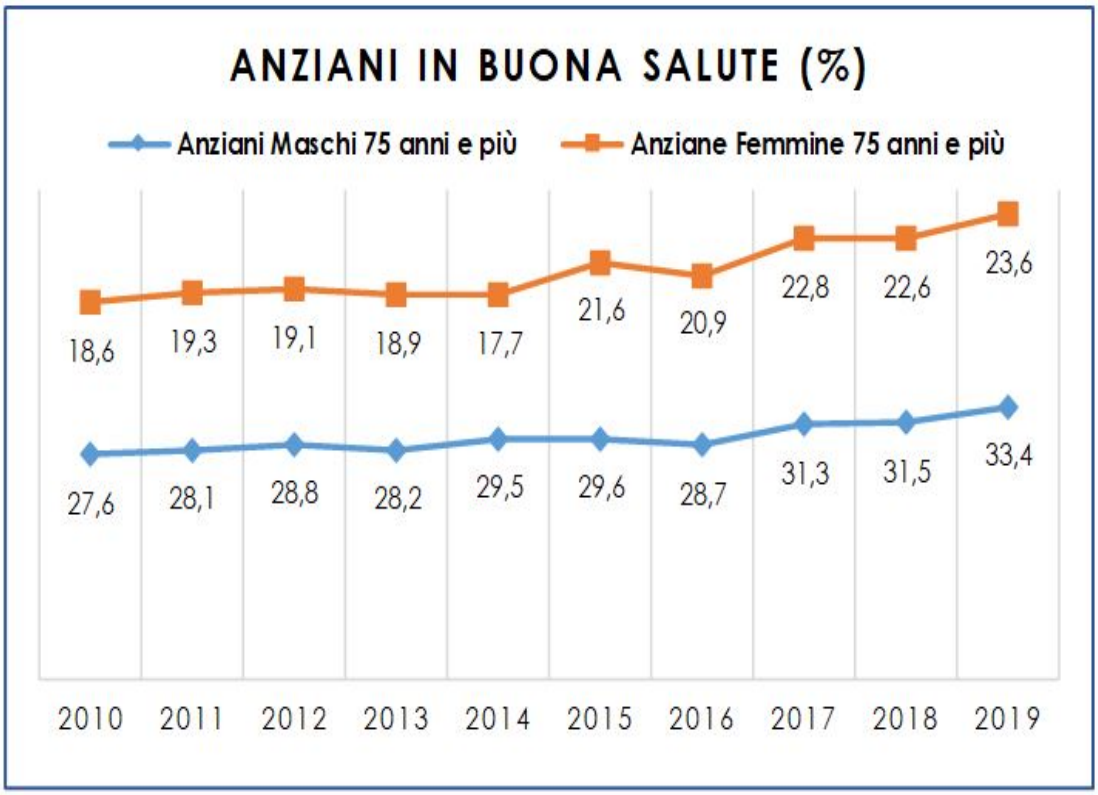
Si conferma quanto ampiamente documentato scientificamente, **l'istruzione quale fattore influenzante lo stato di salute**:

con l'aumentare del livello di scolarità aumenta anche la condizione di salute. Si rileva in buona salute il 52.1% degli anziani con laurea a fronte del 43.9% dei diplomati e del 39% tra coloro che sono in possesso solo di diploma di scuola media inferiore. La scolarità sembra influenzare anche la percezione di buona salute anche in presenza di malattie croniche, con valori del 43.1% tra i laureati, 35.1% dei diplomati e 31.5% in possesso di diploma di scuola media inferiore.



Fonte: Elaborazione degli autori su dati ISTAT

Figura 1 – Anziani nella fascia d'età 65-74 anni in buona salute: periodo 2010-2019



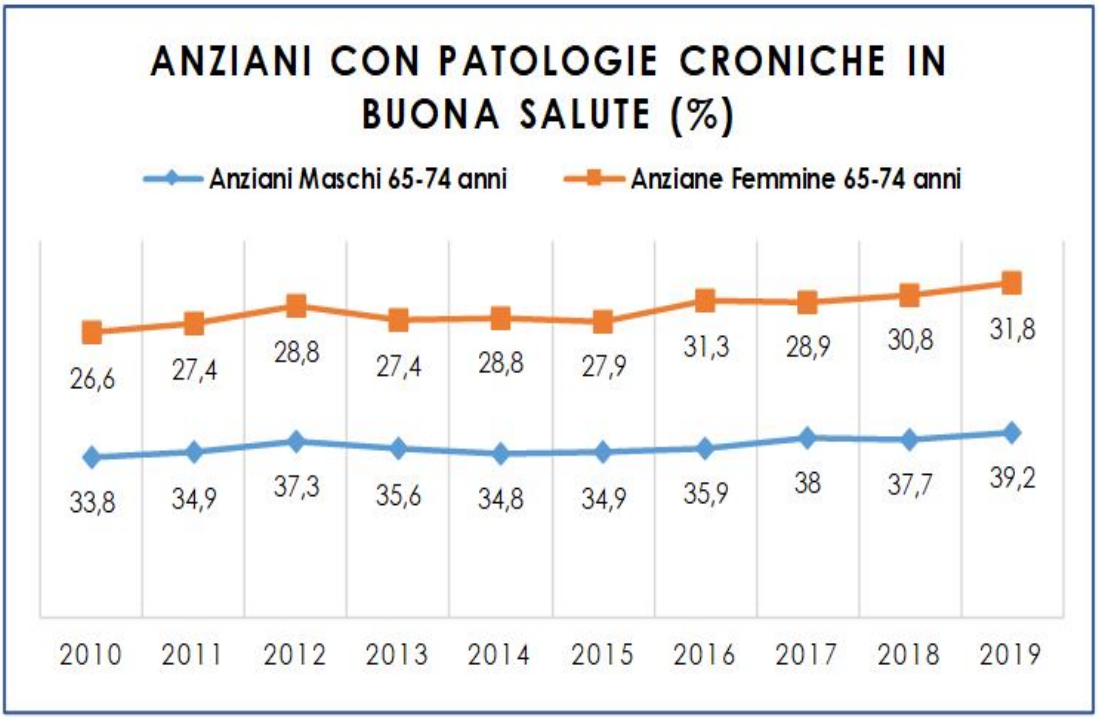
Fonte: Elaborazione degli autori su dati ISTAT

Figura 2 – Anziani nella fascia d'età over 75 anni in buona salute: periodo 2010-2019

La comorbilità è una delle principali dimensioni di salute della popolazione ultraottantenne. In venti anni, il numero di multicronici, ovvero delle persone affette da almeno tre patologie croniche, è raddoppiato, raggiungendo oltre 1,8 milioni. Nel 2019 gli over 80 affetti da comorbilita sono circa il 47%: una quota analoga a quella del 2000, nonostante nello stesso arco temporale la sopravvivenza degli uomini sia aumentata di oltre 4 anni e quella delle donne di circa 3 anni. Depurando questa prevalenza dall'effetto del maggiore invecchiamento dell'attuale popolazione degli ultraottantenni, la percentuale di maschi con almeno tre patologie croniche si riduce: il tasso standardizzato passa da 43,2% nel 2000 a 38,8% nel 2019, mentre è in lieve aumento per le donne: da 50,3% a 52,4%.

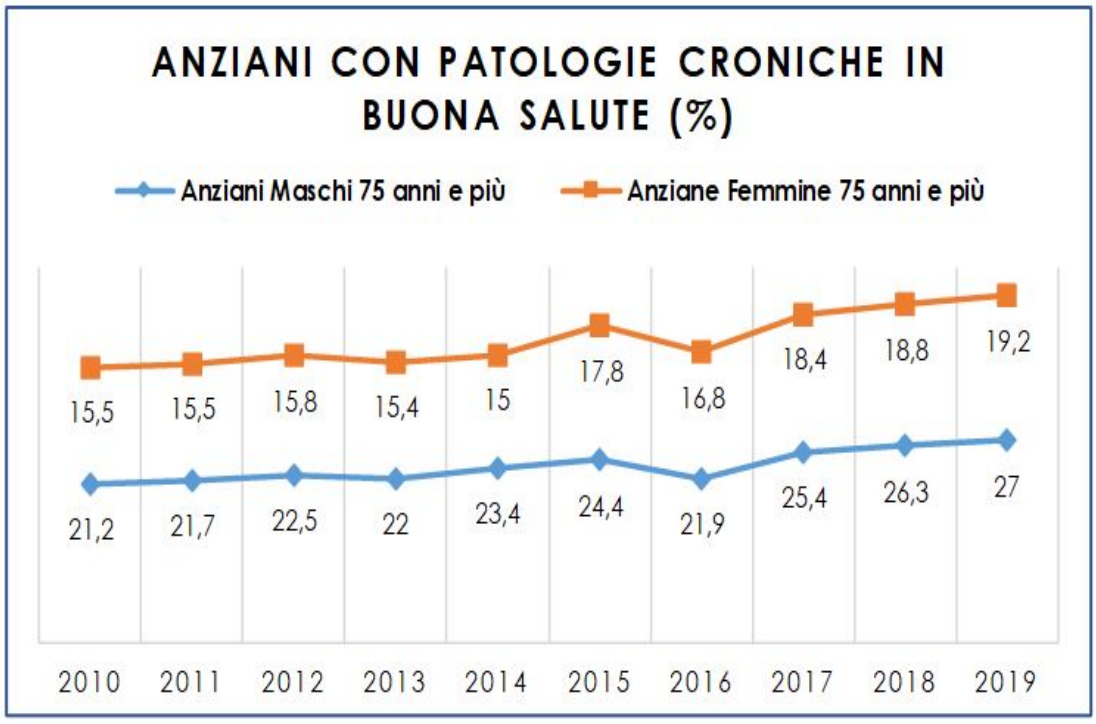
Il Rapporto 2020 dell'ISTAT ci conferma che circa la metà degli ultraottantenni in Italia non presenta problemi di autonomia nelle attività quotidiane fondamentali (ADL – *Activities of Daily Living*), come sdraiarsi e alzarsi dal letto, vestirsi e spogliarsi da soli, fare il bagno o la doccia, usare i servizi igienici o mangiare da soli. Anche in questo caso gli uomini sono in una posizione di vantaggio: sono il 57%, contro il 40% delle donne, con una differenza dovuta solo in parte alla maggiore longevità delle seconde.

L'autonomia nelle ADL è gravemente compromessa invece per circa un milione di ultraottantenni (i 3/4 dei quali sono donne). Si giunge a 2,3 milioni (45,3% tra gli uomini e 68,1% tra le donne over 80) nel caso delle attività quotidiane di tipo strumentale (IADL- *Instrumental Activities of Daily Living*), ovvero quelle attività cosiddette domestiche come prepararsi i pasti, fare la spesa, usare il telefono, assumere i farmaci, svolgere lavori domestici, gestire le proprie finanze. Anche la percezione di buona salute tra gli anziani con patologie croniche risulta maggiore nel genere maschile, con un incremento più costante nelle femmine in fascia d'età 65-74 anni (r= 0.84 vs. 0.77) e uguale tra i generi negli ultrasettantacinquenni (r= 0.88)



Fonte: Elaborazione degli autori su dati ISTAT

Figura 3 – Anziani nella fascia d'età 65-74 anni con patologie croniche in buona salute: periodo 2010-2019



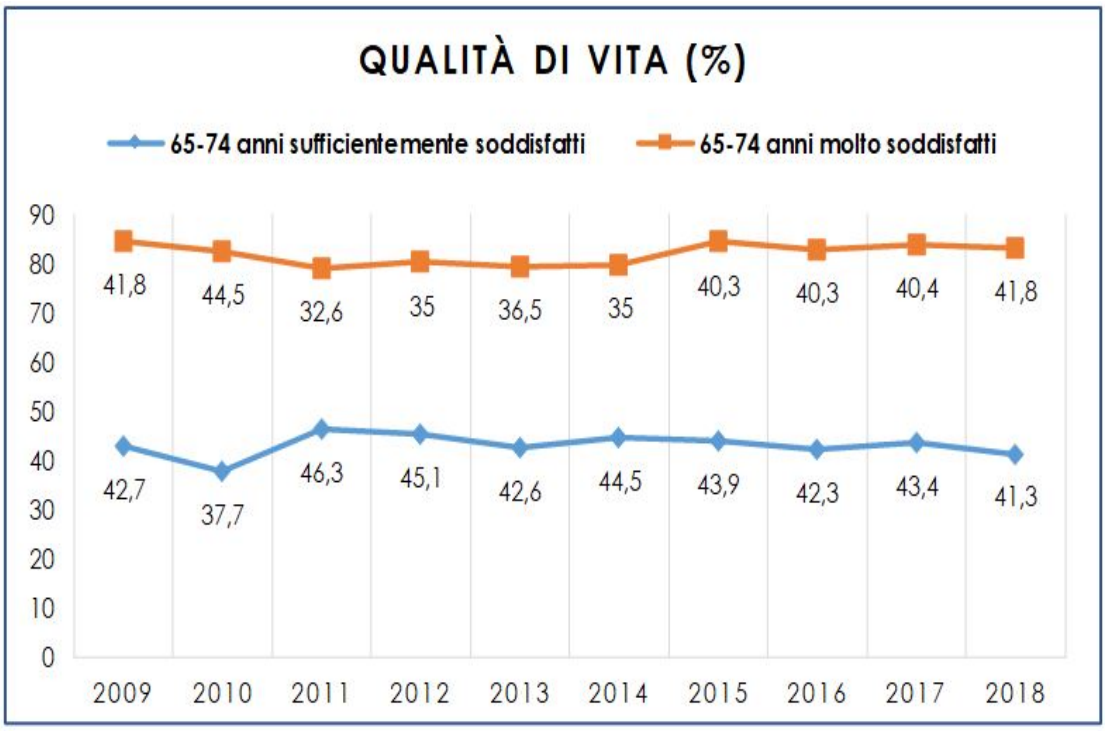
Fonte: Elaborazione degli autori su dati ISTAT

Figura 4 – Anziani nella fascia d'età over 75 anni con patologie croniche in buona salute: periodo 2010-2019

L'analisi di altri fattori

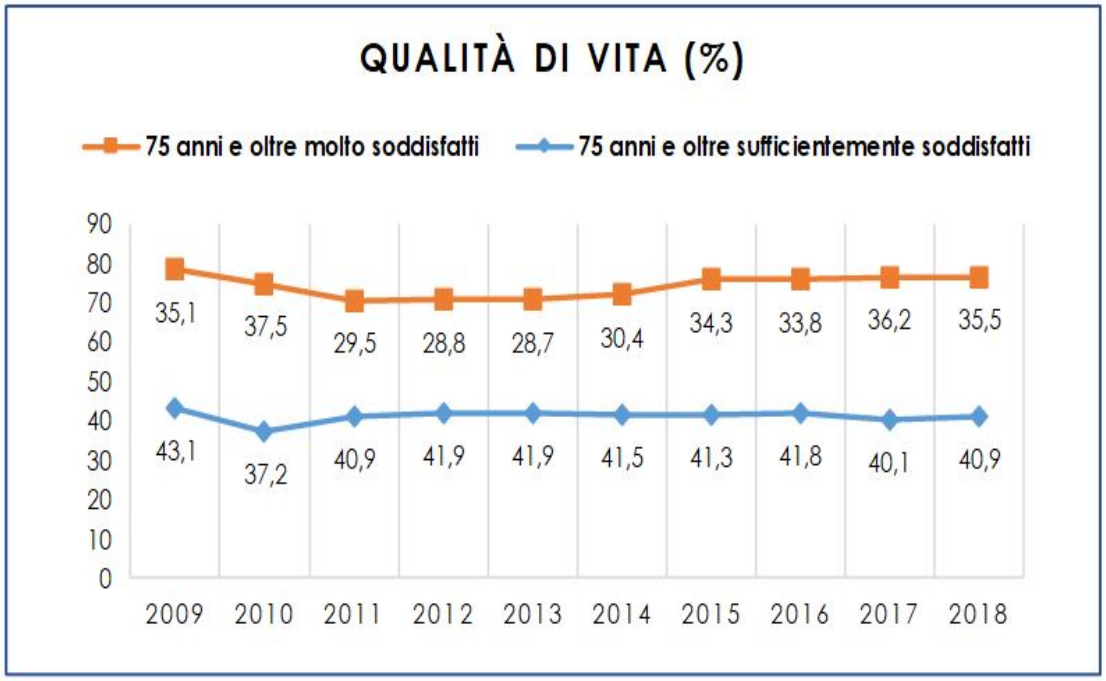
Stabile nell'ultimo decennio, la sana abitudine alimentare di consumare una colazione (81% nella fascia 65-74 anni e 87% tra gli ultrasettantacinquenni) e di prediligere il pranzo come pasto di maggiore introito calorico (rispettivamente 82% negli anziani più giovani e 88% nei restanti). Altrettanto stabile, seppur fattore di rischio per la salute, la percentuale di anziani sedentari: 47% nella fascia 65-74 anni, che sale a 70% negli ultrasettantacinquenni. L'assunzione di farmaci interessa nel 2019 il 75.9% degli anziani in fascia d'età 65-74 anni e il 90.2% degli ultra settantacinquenni.

L'incremento nell'ultimo decennio è stato lieve (nel 2010 era 73% nella fascia 65-74 anni e 86% tra gli ultra settantacinquenni), ma costante (r=0.75 nella fascia 65-74 anni e 0.88 tra i più anziani). Nella fascia d'età 65-74 anni a dichiararsi sufficientemente soddisfatti della propria esistenza sono circa il 41% degli anziani e un altrettanto 41% si dichiarano addirittura molto soddisfatti. La percentuale si è mantenuta abbastanza costante negli anni (r= 0.04 e 0.12). Tra gli ultra settantacinquenni la sufficiente soddisfazione si mantiene intorno al 41%, mentre scendono al 35.5% coloro che si valutano molto soddisfatti.



Fonte: Elaborazione degli autori su dati ISTAT

Figura 5 – Qualità della vita degli anziani nella fascia d'età 65-74 anni: periodo 2010-2018



Fonte: Elaborazione degli autori su dati ISTAT

Figura 6 – Qualità della vita degli anziani over 75 anni: periodo 2010-2018

L'analisi delle relazioni sociali evidenzia al 2019 una maggiore solitudine nel genere femminile, sia in fascia d'età 65-74 anni (27.7%), sia ultra settantacinquenne (44.6%), a fronte dei rispettivi 19.8% e 33.2% dei maschi. **Si evidenzia nell'ultimo decennio un progressivo aumento degli anziani con ridotte o assenti relazioni sociali, soprattutto nel genere femminile** ultra settantacinquenne, che passa da un 39.4% del 2010 a 44.6% del 2019 con un **incremento** progressivo (r= 0.95).

In significativo aumento l'utilizzo quotidiano di internet tra gli anziani, sia nella fascia d'età 65-74 anni sia negli ultrasettantacinquenni (da 5,3 e 0,9% nel 2010 al 27,6 e 7,1% nel 2019, con r= 0,95). In aumento anche coloro che lo utilizzano almeno una volta alla settimana.

Conclusioni

Il Rapporto annuale 2020 dell'ISTAT evidenzia come: "L'aumento della popolazione anziana in Italia costituisca un vincolo e una risorsa, un processo ineludibile per la programmazione delle politiche e la sostenibilità dello stato sociale nel futuro. Un vincolo, per le implicazioni che il carico di malattia comporta in termini di fabbisogno di assistenza; una risorsa perché le persone anziane sono un valido supporto per le famiglie, alle quali spesso forniscono aiuto per la cura dei figli e per il ruolo redistributivo di natura intergenerazionale che svolgono con i loro redditi da pensione nei casi di disoccupazione o di perdita del lavoro dei più giovani, contrastando cosi il rischio di povertà, soprattutto nelle regioni del Mezzogiorno". Tale risorsa è garantita solo se caratterizzata da un guadagno di longevità accompagnata anche da buone condizioni di salute.

I dati evidenziano effettivamente un aumento della popolazione anziana che si percepisce in buona salute, con una prevalenza di comorbilità in leggera diminuzione tra i maschi e in leggera salita tra le femmine. La vera sfida per il nostro welfare sarà però costituita dalla riduzione della non autosufficienza indotta dalla compromissione delle funzionalità motorie, sensoriali e cognitive e la sua insorgenza in età sempre più avanzata.

Una sfida che si inserisce anche nel Piano dell'ONU e dell'OMS di "**Invecchiamento in buona salute 2021-2030**" attraverso l'integrazione delle seguenti quattro aree d'azione:

- Creazione di ambienti fisici, sociali ed economici a misura di anziano
- Combattere i pregiudizi, gli stereotipi e le discriminazioni nei confronti dell'invecchiamento
- Sviluppare un'assistenza integrata preventiva, curativa, riabilitativa e palliativa
- Garantire l'assistenza a lungo termine.

BIBLIOGRAFIA

ISTAT, 2020, *Rapporto annuale 2020, Condizioni di salute degli anziani*.

ONU – OMS, 2020, *Decade of Healthy Ageing Plan of Action*.