

Per la pubblicità sul
GIORNALE DI BRESCIABRESCIA - Via Lattanzio Gambarà, 55
Tel. 030.37401 - Fax 030.3772300**GIORNALE DI BRESCIA**

MEDICINA E SALUTE

PAGINA 18

LUNEDÌ 21 MAGGIO 2007

dal lunedì al venerdì
8.45 - 12.30; 14.30 - 18.30**TERZA ETA'**

RAGGIUNTO IL TRAGUARDO DEI MILLE ARTICOLI DEDICATI ALLA VITA CHE SI ALLUNGA

In futuro la presenza di persone longeve potrebbe aumentare del 50%

Secondo l'Istat la speranza di vita all'età di 65 anni nella provincia di Brescia passa per i maschi da 13,7 anni nel 1991 a 16,4 del 2003, e per le femmine da 18,3 nel 1991 a 21,6 anni nel 2003.

In un decennio, un po' abbondante, l'incremento assoluto è di circa 3 anni, pari al 20%.

Cifre di tutto rispetto, anche perché su un arco di tempo breve, ed il futuro sembra riservarci altre sorprese: secondo il demografo americano R. Lee negli Stati Uniti, e in generale in Occidente, potremmo aspettarci ulteriori aumenti della longevità anche dell'ordine del 50%.

C'è di che essere soddisfatti: vivremo più a lungo grazie alla prevenzione con alimentazione, igiene e sport e alla prevenzione con la medicina.

E allora perché il tema dell'invecchiamento della popolazione ci viene presentato spesso sotto forma di problemi: una volta economici, poi lavorativi, quindi culturali, sociali... e comunque pensionistici?

Innanzitutto, occorre stare attenti ad usare la metafora dell'invecchiamento individuale parlando di popolazioni.

Invecchiare è il verbo che usiamo per descrivere un processo individuale irreversibile segnato, almeno a partire da una certa età e con forti differenze individuali, dalla progressiva riduzione delle funzioni, in parole povere di ciò che siamo in grado di fare autonomamente.

Invecchiare è anche il termine che usiamo per

indicare il processo che interessa la popolazione e che si caratterizza per l'aumento del numero di persone anziane, ma non solo.

L'invecchiamento in una popolazione si misura solo nel rapporto tra le differenti generazioni che vivono nello stesso momento nello stesso territorio: se prevalgono le generazioni dei nonni su quelle dei nipoti, allora la popolazione invecchia; viceversa, se avviene il contrario.

La conseguenza, ed il bello, di queste considerazioni è che l'invecchiamento di una popolazione è una «responsabilità condivisa» (condivisa dai giovani, dagli adulti e dagli anziani); a questo possiamo aggiungere che l'invecchiamento è un processo che si può invertire, basta aumentare i

giovani. Giovani ed anziani legati insieme, quindi. Nel censimento del 1971 gli ultra 65enni nella provincia di Brescia erano 94mila; in un trentennio raddoppiano, arrivando a 186mila al censimento del 2001, e poi crescono ancora superando nel 2005, secondo i dati anagrafici, le 204mila unità con il 60% costituito da donne. Nello stesso periodo i giovani di età da 0 a 14 anni, calano dai 244mila al censimento del 1971 ai 170mila del 2005, con una riduzione del 30%; parimenti, la popolazione da 15 a 64 anni cresceva di 153mila unità, 23% in valore percentuale, passando da 641mila nel 1971 a quasi 795mila nel 2005. In altri termini: nel 1971, 100 giovani convivevano con 40 anziani e con 260 adulti; nel 2005 i rapporti erano

ribaltati: 100 giovani convivevano con 120 anziani e con 468 adulti. Se i rapporti con cambieranno, nel 2031 gli ultra65enni aumenteranno del 30% rispetto al 2001.

Pochi dati, che bastano per avere un'idea dell'invecchiamento: più che l'aumento del numero di anziani (che ben venga!) ciò che dobbiamo veramente temere è la riduzione del numero di giovani. L'invecchiamento della popolazione non può essere considerato un problema degli anziani, ma è il futuro che interessa tutti noi, di tutte le generazioni e di tutte le provenienze. Ma qui bisognerebbe aprire un altro capitolo.

Marco Trentini
(Comune di Brescia, Unità di Staff Statistica)

La collaborazione con il Grg

UNA RICCA ESPERIENZA



Giacomo Scanzi

Il nostro giornale crede, ed ha sempre creduto, che anche le questioni complesse, quelle attinenti al mondo della scienza e della medicina, possano essere descritte e divulgate in modo semplice e comprensibile.

Festeggiare così il millesimo articolo dedicato alla terza età pubblicato sulla pagina settimanale della medicina a firma dei molti medici e collaboratori del Gruppo di Ricerca Geriatrica è, per noi, motivo di grande soddisfazione.

Soddisfazione innanzitutto perché significa che, in vent'anni, il giornale - prima con il direttore Gian Battista Lanzani ed ora con me - ha saputo creare un rapporto stabile tra i propri giornalisti, i lettori e i medici: insieme, costituiscono una voce significativa capace di affrontare e discutere di argomenti di grande interesse quali sono quelli riguardanti la salute e la qualità della vita delle persone che invecchiano.

Sono mille articoli che hanno favorito il formarsi di una vera e propria rete, potremmo dire una vera e propria comunità e che hanno permesso a molte persone - anziane e non solo - di vivere con minor solitudine i problemi oggettivi che la vecchiaia porta con sé. Articoli nei quali, puntualmente ogni settimana, i lettori hanno trovato e trovano consigli per affrontare problemi piccoli e grandi e per aggiungere vitalità nonostante gli anni che passano.

Una collaborazione alla quale abbiamo creduto, ed è un compleanno che apre le porte ad un futuro

nel quale il Giornale di Brescia continuerà ad essere accanto ai propri lettori, certamente per informare, ma anche per non lasciarli soli.

Dai dati riportati in questa stessa pagina, emerge chiaramente quanto il rapporto tra il numero di persone che hanno superato i 65 anni di età e quelle che ne hanno venti è fortemente squilibrato a favore delle prime. E continuerà ad esserlo, anche nei prossimi anni, se non vi sarà un significativo mutamento di tendenza nelle nascite.

Il Giornale di Brescia osserva e racconta i cambiamenti della società e, nel contempo, ascolta richieste e desideri della nuova popolazione. E cerca di dare risposte, rimanendo nell'ambito del proprio ruolo di organo di informazione, che sappiano comunque fornire strumenti di lettura della realtà. Insomma, risposte che aiutino a vivere meglio un periodo della vita caratterizzato, oltre che dalla tradizionale saggezza, anche da fragilità di carattere fisico e psicologico. Fragilità delle quali il nostro giornale, avvalendosi di autorevoli specialisti del Gruppo di Ricerca Geriatrica, si fa interprete perché crede che sia suo dovere non ignorare.

Siamo orgogliosi di questa rete di rapporti che costituisce un valore per noi, per i nostri lettori e per i medici. Una rete che ci permette di camminare insieme, dentro la società cui apparteniamo.

Dunque continuiamo in questa esperienza che ci ha arricchiti e che speriamo abbia contribuito ad arricchire anche i nostri lettori.



La lunga collaborazione con il Gruppo di Ricerca Geriatrica, iniziata poco meno di vent'anni fa

Anziani sempre più protagonisti

In una società che nei loro confronti è più attenta, più serena e più capace di cura

Marco Trabucchi*

Se penso ai mille articoli che abbiamo scritto in questi vent'anni sono colpito da una certa vertigine. Quanto impegno, generosità, fatiche si nascondono dietro le pagine che i lettori hanno potuto scorrere: giovani alle prime armi, onoratissimi di scrivere sul giornale della loro città, oppure professionisti maturi, che si sentono stimolati dal partecipare ad un'opera diffusa di educazione permanente degli anziani; di tutti ho visto e corretto i "pezzi", di tutti conservo il ricordo. Ma soprattutto ricordo i molti lettori che ci hanno seguito, anche quelli che ci leggono dal cielo (senza retorica: chi è in grado di negare che in paradiso non si legga il Giornale di Brescia?).

Assieme abbiamo costruito un pezzo della nostra convivenza bresciana, fatta di rispetto reciproco, di impegno di aiuto, di lavoro inteso come fonte di coesione civile prima ancora che di guadagno, di cultura costruita per sé ma anche per migliorare e rendere più significativi i rapporti tra le persone.

Vent'anni sono un soffio; ricordo benissimo quando decidemmo con il direttore Lanzani - nel suo studio - di iniziare questa presenza sul Giornale di Brescia. Così ricordo la lunga collaborazione con Camillo Facchini, che per molto tempo ha curato la pagina, con attenzione e pazienza. Poi il direttore Scanzi ci ha confermato la fiducia e la collaborazione; la pagina della salute è costruita adesso da Anna Della Moretta con competenza specifica in

ambito medico-sanitario, ma anche - e soprattutto - con grande sensibilità culturale ed umana.

Il Giornale è cambiato in vent'anni, così come i sindaci, i vescovi... il mondo del lavoro e quello dei pensionati!

Vent'anni sono un soffio; chi scrive ha allargato in questo tempo la propria conoscenza sui problemi degli anziani, cercando di affinare gli strumenti per meglio affrontare la sofferenza di chi sta male in età avanzata e - più in generale - di tutti quei vecchi che da soli fanno fatica ad affrontare ogni giorno la luce del sole della mattina ed il buio della notte alla sera.

Il Gruppo di Ricerca Geriatrica, al quale appartengono coloro che hanno scritto i mille articoli che oggi celebriamo, ha conquistato fama e rispetto a livello nazionale ed internazionale. Al lettore certamente non interessa quanti articoli scientifici o libri di geriatrica o gerontologia abbiamo scritto (i curiosi oggi dispongono di pubmed, un elenco che si trova facilmente su internet e che è l'impietoso testimone delle nostre brave e dei nostri limiti); interessa però sapere che siamo rispettosi della nostra formazione al fine di poter offrire servizi sempre più qualificati nei diversi luoghi di lavoro (o - semplicemente - informazioni più puntuali, anche sul nostro Giornale).

Vent'anni sono un soffio; però in questo lasso di tempo gli anziani italiani sono diventati di più (gli ultrasessantacinquenni sono cresciuti del 4%) ed è aumentata la speranza di



vita alla nascita (un aumento di circa 4 anni!). Apparentemente lo scenario è più complesso, se si guardano solo i numeri; però, se si considerano anche altri parametri si comprende come i problemi indotti dall'invecchiamento hanno maggiore ascolto da parte del resto della società, che - lentamente ma sicuramente - sta imparando ad essere più attenta, più serena, più capace di cura. Infatti abbiamo maggiori

servizi per gli anziani negli ospedali, nelle case di riposo, nel territorio (è sempre più chiara l'importanza del medico di famiglia e dei servizi domiciliari nel permettere alle persone non più giovani di restare nella loro casa, anche quando sono colpite da malattie e da riduzioni dell'autonomia). In questi anni la medicina ha dedicato attenzione - come mai nella sua storia precedente - ai problemi clinici degli anziani; la ricerca

ha investito moltissimo, con alcuni successi e qualche fallimento. Però si è fatta strada in modo sistematico l'idea che l'anziano - il maggiore consumatore di farmaci - ha diritto ad assumere molecole che sono state espressamente studiate per lui, finendo di essere una sorta di ultima ruota del carro

Pagina a cura di:
ANNA DELLA MORETTA

della medicina moderna. Allo stesso modo l'anziano non è più ritenuto un ospite sgradito di ospedali o di altri servizi sanitari ad alta tecnologia, ma sempre più si dedicano a lui le tecnologie complesse, perché può giovare alle pari delle persone più giovani. Certo, molto deve essere ancora fatto per garantire una vecchiaia serena a tutti, però chi osserva i fenomeni con competenza e serenità non può non rilevare qualche nota di concreto ottimismo.

Vent'anni sono stati un soffio da quando siamo partiti con lo slogan «invecchiare non è una malattia». Si è trattato allora di un'affermazione rivoluzionaria, che oggi è largamente confermata. Per questo motivo oggi non è più un sogno pensare alla persona che in età matura si comporta in modo da evitare un invecchiamento in malattia e a chi da vecchia si comporta ogni giorno conquistando - pur con fatica - piccoli spazi per la propria libertà. Muoversi con la testa e le gambe, conservando sempre l'interesse per il mondo, anche quando costa fatica. Essere generosi, dedicando attenzione agli altri, anche quando gli altri sembrano sordi o addirittura ostili (nella famiglia, nel vicinato, tra gli amici). Rischiare per fare troppo piuttosto che essere sicuri del danno che deriva dal fare - seppure comodamente - troppo poco!

Vent'anni sono un soffio. Con ottimismo e orgoglio speriamo di poter concedere il privilegio di servire gli anziani di Brescia anche per i prossimi vent'anni!

* (Gruppo di Ricerca Geriatrica)

Intervista a Maria Rosa Inzoli, medico primario all'Ospedale Sant'Orsola, in pensione da dieci anni

«Dall'amicizia una linfa preziosa»

Anna Della Moretta

«L'amicizia ti libera dai condizionamenti e dalla diffidenza verso gli altri». È l'amicizia con le persone, ma è anche la ricchezza della conoscenza e la curiosità verso le cose nuove a fare di Maria Rosa Inzoli, già primario all'Ospedale Sant'Orsola Fatebenefratelli, in pensione da dieci anni, una persona serena e accogliente.

La incontriamo nella sua casa, circondata da persone, libri e idee. Racconta, a proposito di queste ultime, che ha da poco incontrato un gruppo di amiche con le quali, da lunghi anni, ha un appuntamento settimanale per leggere e approfondire grandi temi del cristianesimo. Si illumina, quando parla dell'unicità della testimonianza del teologo Dietrich Bonhoeffer, morto in un campo di concentramento in Germania nel 1945, ultimo autore su cui si è focalizzata l'attenzione del gruppo.

«Sono fortunata», sottolinea, riferendosi alla sua vita. Lo pensiamo anche noi, ma crediamo che più che una fortuna materiale - di certo importante - la dott. Inzoli abbia la fortuna della curiosità, di quella sete di conoscenza che porta a comprendere e ad accorciare le distanze con gli altri. Con tutti gli altri. «La vita si è allungata di molti, ma ne è anche migliorata la qualità: i singoli hanno più autostima e la società, in questi ultimi anni, ha riservato maggiore attenzione nei confronti degli anziani», sottolinea.

Anziani che continuano a ricoprire ruoli significativi sia nella famiglia sia nella società stessa.

«Nella famiglia la figura del nonno ha assunto una grande importanza. Un ruolo che spesso arricchisce, ed anche sostituisce, quello dei genitori, impegnati altrove a lavorare. Ed è - a mio parere - un gesto di grande fiducia e stima affidare i propri figli ai nonni; per questo, ritengo che sia forse necessario promuovere incontri di sostegno e di formazione rivolti agli anziani affinché abbiano qualche strumento in più per gestire le giovanissime generazioni. Se il nonno è ben preparato, può intervenire in modo autorevole sulla cre-



La dott. Maria Rosa Inzoli

scita dei nipotini: è frequente che anziani un tempo insegnanti, ora continuano a dare lezioni ai loro nipoti. Assistiamo, così, alla valorizzazione di una competenza specifica e di una professionalità significativa in un ambito di grande fiducia».

Anche nella società, l'anziano può continuare a ricoprire un ruolo utile per sé e per gli altri. «Ci sono molte realtà di volontariato sostenute dagli anziani che svolgono un'attività utile per loro e per i loro coetanei che hanno bisogno di compagnia e di assistenza. Non vorrei ripetere la consueta frase della carenza di risorse, eppure in una realtà in cui esse sono limitate, credo fermamente che la cultura del volontariato possa fungere da prevenzione del decadimento psico-fisico mantenendo le persone attive.

Qual è l'alternativa? La frustrazione, la solitudine, l'isolamento che, insieme, aggravano le condizioni di salute dell'anziano, come le aggraverebbero di qualsiasi persona».

Ricorda, la dott. Inzoli, come in questi anni nella nostra città sia cresciuta l'attenzione,

anche sotto il profilo sanitario, nei confronti degli anziani.

«Quando nel '76 ho iniziato a lavorare al S. Orsola, ci siamo resi conto che gli anziani nella lungodegenza riabilitativa avevano esigenze specifiche alle quali non veniva data una risposta mirata in reparti generici. Da allora noto con gioia che l'attenzione sotto il profilo sanitario nei confronti degli anziani ha fatto registrare cambiamenti di rilievo anche nella nostra realtà: sono sorti reparti di geriatria ed è stato posto l'accento sulle differenti esigenze di cura per le persone che invecchiano. Il ruolo divulgativo degli articoli sulla medicina e la salute pubblicati sull'apprezzata pagina del Giornale di Brescia, e nello specifico gli articoli del Gruppo di Ricerca Geriatrica, è importante; fungono da stimolo di riflessione e di approfondimento».

Nel merito della cura, Inzoli ricorda come «per gli anziani sia necessario avere, per il medico, una capacità diagnostica di sintesi che sappia indicare un'adeguata terapia in tempi brevissimi a fronte di molte patologie. Il concetto di mobilitazione nacque proprio allora, nel '76, quando si capì che lasciare una persona a letto per lungo tempo era controproducente per la sua capacità di ripresa. Dunque, il geriatra ha un compito delicatissimo che svolge al meglio se è capace di «fare sintesi» ed impostare velocemente la terapia; il rischio, altrimenti, è quello di non avere più il tempo di fare nulla. Ma deve, anche, avere un atteggiamento affettuoso e di attenzione alla persona, una regola che dovrebbe valere per i pazienti di tutte le età, ma che per gli anziani diventa essa stessa medicina».

Un'attenzione che Maria Rosa Inzoli continua ad avere, impegnata dall'Africa al Sudamerica a seguire i progetti di Medicus mundi, ma anche ad essere accanto agli anziani che frequentano le Case di Accoglienza «Balestrieri-Anziani in linea» in via Moretta e in S. Faustino a Brescia. Ma ci sono anche altri progetti, altre idee, rinnovati impegni. Tutti vissuti con una profonda convinzione: «Nella terza età è bello vivere l'amicizia, rafforzare quelle già presenti e crearne altre: l'amicizia è sostegno reciproco e condivisione».

IL GRG: UN PO' DI STORIA

ORTOPEDIA SANITARIA
FORESTI

POLTRONE ELEVABILI E AUTORECLINABILI

BRESCIA - Via Montello, 53 - Tel. e Fax 030 3385101
ESINE (Brescia) - Via Faede, 38 - Tel. e Fax 0364 466849
ISEO (Brescia) - Via Pusterla, 14 - Tel. e Fax 030 980371

LA STORIA

Grg, vent'anni di lavoro e ricerca

I primi anni di attività del Gruppo di Ricerca Geriatrica (Grg) possono essere identificati con uno slogan che ha fatto da filo conduttore alle varie iniziative scientifiche, sociali e culturali: invecchiare non è una malattia. Il Grg è un'associazione senza fini di lucro nata nel 1988. Nasce dall'intenzione di alcuni laureati, operanti da tempo nell'area della gerontologia e della geriatria, di dare impulso a studi, ricerche ed attività rivolte ai problemi epidemiologici, clinici e socio-as-

sistenziali nella terza età. Il Grg si è sempre sforzato di coniugare la cultura con la società, di tradurre le più moderne acquisizioni della ricerca scientifica in indicazioni cliniche e organizzative concrete da utilizzare nella vita quotidiana degli anziani e di chi opera con loro.

NOVITÀ!!!

PEDALIERA

ELETTRONICA

• Ginnastica circolatoria

riabilitativa e di mantenimento

vendita-noleggio

ORTOPEDIA BONZIO

Via Laura Cereto, 15/d

Tel. 030.41876 - Brescia

ortopediabonzio@yahoo.it

CITTA' DI MONTICHIARI

“Progetto Ansiasociale”

DISTURBI D'ANSIA SOCIALE
SERVIZIO DI PSICOLOGIA

Info. 030.9656313 (solo sabato mattina)
339.2741703 info@ansiasociale.it
Responsabile del servizio Dott. Davide Munaro