

Dal 1990 la vita media si è allungata di circa sei anni. Lo testimonia una ricerca coordinata dall'University of Washington: prevenzione e cure hanno debellato o cronicizzato le principali malattie, anche se restano mortali ictus e infarto. E tra i Paesi l'Italia detiene il primato di longevità in Europa, merito del patrimonio genetico e del menù mediterraneo

Il mondo degli ultranovenni

LO STUDIO

Festeggia l'Europa ma anche l'America, l'Africa e l'Oriente. Si allunga la vita nel mondo intero. E non solo nei Paesi ricchi dove c'è disponibilità economica per comprare i farmaci e dove le condizioni sociali sono mediamente buone. Il guadagno è di sei anni dal 1990. Per l'esattezza 6,6 per le donne e 5,8 per gli uomini. L'aspettativa di vita era di 65,3 nel 1990 mentre nel 2013 si è arrivati a 71,5.

Nonostante si parli di mondo è chiaro che ad una media così alta si arriva con i numeri dei Paesi occidentali dove le cure, la prevenzione e la possibilità di affrontare le emergenze hanno capovolto le sorti di uomini e donne. Si riducono ovunque i tassi di mortalità anche se incidenti cardiovascolari come infarto e ictus restano le principali cause. Seguite dalle malattie polmonari e da quelle infettive (in particolare in Africa e in una parte del Sud Est asiatico) e dal diabete.

A questo lavoro globale hanno lavorato 700 ricercatori di 188 paesi analizzando 200 cause di morte. La ricerca, coordinata dalla University of Washington, è stata pubblicata sulla rivista scientifica "Lancet". Un risultato importante anche perché permette di valutare anche il futuro: entro 2030 l'aspettativa di vita globale femminile salirà a 85,3 anni e quella maschile a 78,1.

IL SONDAGGIO

L'Italia, in fatto di allungamento della vita, ha molto da insegnare al resto del mondo. Dal momento che, dopo il Giappone, è al secondo posto per longevità. Lei ha superato gli 83, lui è quasi arrivato agli 80. Un record europeo. «Siamo tutti soddisfatti di questi dati - commenta Giuseppe Paolisso presidente della Società italiana di geriatria e rettore della Seconda università di Napoli - ma dobbiamo anche cominciare a pensare a come si vivono gli anni guadagnati. Noi possiamo vantare una grande fetta di popolazione di grandi vecchi ma non possiamo, invece, dire di pensare agli anziani. Siamo riusciti a debellare alcune malattie, abbiamo cronicizzato patologie come il diabete, vacciniamo gli over 65 ma è ancora diffusa l'idea che un anziano è un peso». Proprio la Società di geriatria ha fatto recentemente un sondaggio tra gli over 70 e ha chiesto se fosse un desiderio arrivare ai cento. Risultato: la stragrande maggioranza ha detto sì ma a patto che non restino soli e che abbiano ancora il calore familiare. Come dire che non mi importa di spegnere quel centinaio di candeline se solo triste e mi faccio compagnia da solo. «Non è un dettaglio - aggiunge Paolisso - è su questo punto che l'Italia è indietro. E rischia, così, di far naufragare il lavoro passato. La solitudine, a volte, uccide più di un'influenza».

LE CAUSE

L'Italia come esempio da seguire e da studiare. Gli inglesi hanno bussato all'Istituto superiore di sanità per sapere come mai, nonostante da noi si mangi e si beva anche in modo importante, la vita sia così lunga. Oltre che il nostro atavico menù mediterraneo (da noi, per esempio, prevale l'olio di oliva rispetto ai grassi di origine animale) dobbiamo dire grazie al patrimonio genetico che, sulla vita lunga, incide circa del 20-25%.

Dai noi 9 settantenni su 10 prendono mediamente 8-10 pillole al giorno (dosi alte) ma stanno generalmente in buona salute. «Le persone oggi hanno una minore probabilità di morire rispetto ai loro genitori grazie ai successi scientifici per quanto riguarda il cancro del colon, del seno e del collo dell'utero - è il coordinatore del lavoro internazionale Christopher Murray a parlare - Ci sono più persone anziane in tutto il mondo. Si tratta di un trend incoraggiante perché significa che si vive di più. Dobbiamo, però, essere sicuri di stare scegliendo oggi le misure giuste per prepararci alle sfide di salute di domani e per riuscire a sostenere i costi che si dovranno sostenere».

Carla Massi

© RIPRODUZIONE RISERVATA

**«PENSIAMO A COME
VIVONO I NOSTRI ANZIANI
LA SOLITUDINE UCCIDE
PIÙ DELL'INFLUENZA»**

Giuseppe Paolisso

Società italiana geriatria

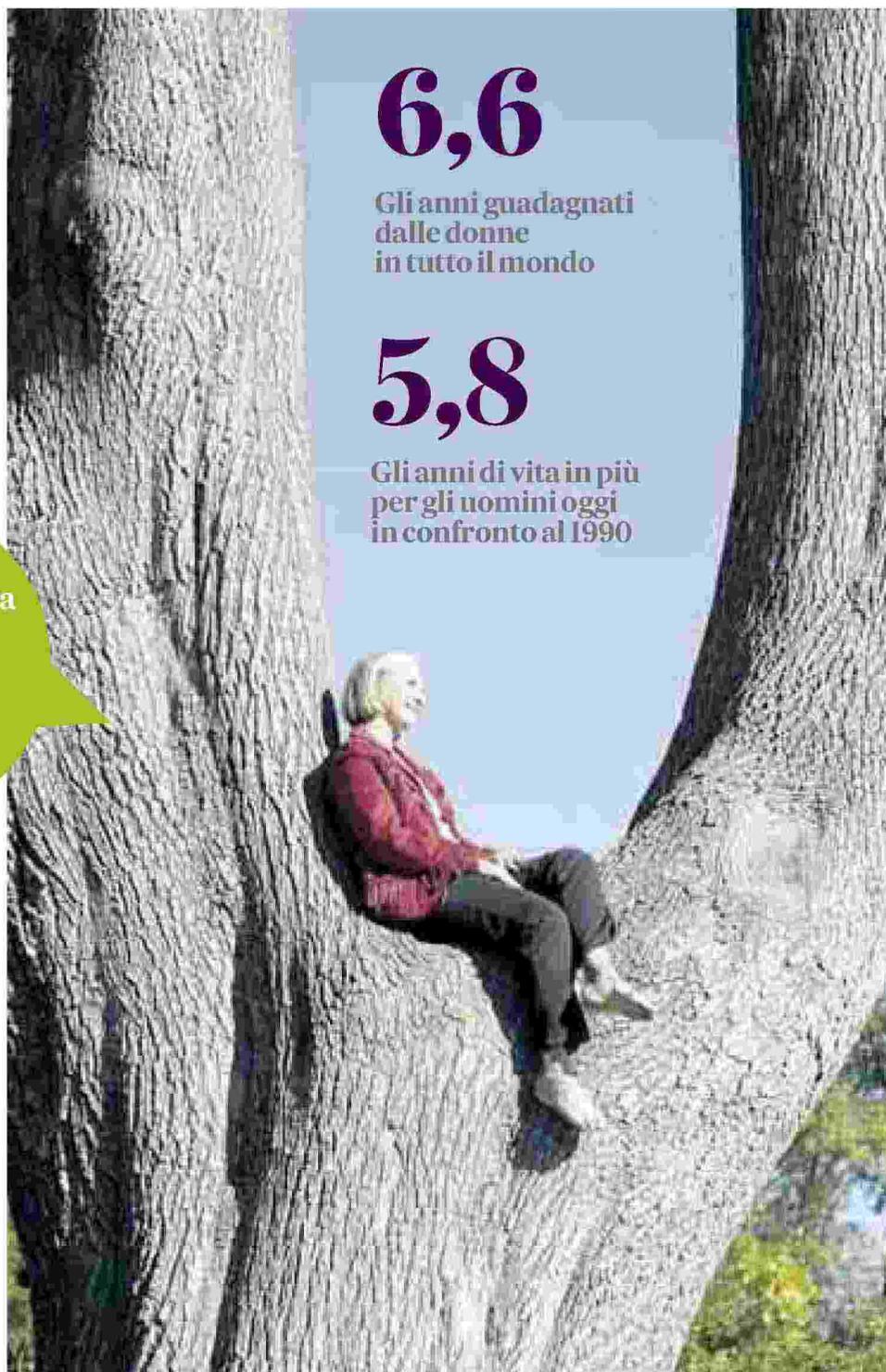
6,6

Gli anni guadagnati dalle donne in tutto il mondo

5,8

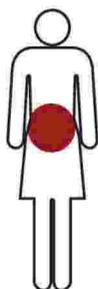
Gli anni di vita in più per gli uomini oggi in confronto al 1990

La maggioranza degli anziani sogna di arrivare a cento anni



I Paesi record

1 Giappone



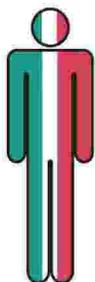
L'aspettativa di vita dei giapponesi è 82,7anni. Le donne sono le più longeve al mondo. Il menù povero di grassi ha determinato lo stato di salute

4 Germania



Poco più del 5% della popolazione tedesca ha oltre 80 anni. Qui l'aspettativa di vita media è poco più di 82 anni. Buono il servizio sanitario

2 Italia



Nel nostro Paese una persona su 5 ha più di 65 anni. Il 10% degli adulti soffre di obesità ma il tasso è minore rispetto alla media dell'Ocse

3 Spagna



La mortalità per cancro e malattie di cuore è la più bassa tra i paesi Ocse. L'aspettativa media di età è 82,2 anni. Più longevo chi abita in montagna

