

Un grande anziano su tre soffre di solitudine

In Svizzera, la solitudine affligge circa 90 000 persone di età superiore agli 85 anni. Ed è proprio nei grandi anziani che questa condizione produce gravi effetti sullo stato di salute e riduce notevolmente l'aspettativa di vita. Tuttavia, non è facile raggiungere le persone in età molto avanzata per aiutarle a combattere la solitudine.

In Svizzera, circa il 37 per cento degli over 85 soffre di solitudine, ossia circa 90 000 persone. È ciò che emerge dal Monitoraggio dell'anzianità di Pro Senectute Svizzera. Lo studio mostra che i grandi anziani sono molto più colpiti dalla solitudine rispetto ai pensionati un po' più giovani. Se nella fascia di età compresa fra i 65 e i 74 anni il problema è segnalato da circa il 24 per cento delle persone, fra i 75-84enni la percentuale supera il 25 per cento. «Le persone molto anziane affrontano più spesso la perdita di persone di riferimento importanti. La loro rete sociale si restringe sempre di più. Inoltre, convivono più frequentemente con problemi di salute e limitazioni della mobilità» spiega Alexander Widmer, membro della direzione collegiale di Pro Senectute Svizzera.

Un rischio per la salute

Le persone che soffrono di solitudine risentono della mancanza di rapporti interpersonali e si ritrovano isolate dalla società. «La solitudine, tuttavia, non va confusa con l'essere soli, che non per forza è fonte di sofferenza», precisa Widmer. La solitudine vera e propria, invece, rappresenta un rischio per la salute: le persone anziane che vivono questa condizione non solo hanno un'aspettativa di vita più breve, ma soffrono più spesso di ipertensione e depressione. Si muovono meno, sono sottoposte a maggiore stress e hanno più probabilità di ammalarsi di demenza. Inoltre, la solitudine aggrava malattie preesistenti.

Un appello alla società

I pensionati più giovani si muovono agevolmente, possono frequentare corsi e partecipare a eventi nonché mantenere e instaurare contatti sociali al di fuori della propria abitazione. I grandi anziani, invece, hanno una mobilità molto più limitata: «L'aspetto più difficile nel nostro impegno contro la solitudine è raggiungere le persone colpite», spiega Widmer. Per loro, parlare del problema e chiedere aiuto non è semplice. Widmer rivolge un appello non solo alle persone che vivono questa difficoltà, ma anche ai loro familiari, alle persone di riferimento e ai vicini di casa, affinché contattino Pro Senectute o altri servizi specializzati.

L'impegno contro la solitudine

Pro Senectute punta su offerte a bassa soglia d'accesso come servizi di aiuto domestico e visite a domicilio, volti a supportare le persone anziane a casa loro. Per fornire tali prestazioni, la fondazione ha bisogno anche dell'aiuto di volontari, che rendendosi disponibili per questo tipo di attività evitano a loro volta di cadere nella trappola della solitudine. Tuttavia, le organizzazioni Pro Senectute locali hanno difficoltà sempre maggiori a reclutare volontari: «Spesso le persone anziane ancora in forma preferiscono astenersi da impegni fissi e a lungo termine», spiega Widmer. E aggiunge: «Vorremmo invitare le persone interessate a contattarci: un'esperienza di volontariato può fare la differenza sia per loro, sia per coloro che andranno ad assistere».

Contatto per i media

Pro Senectute Svizzera, Peter Burri Follath, responsabile Comunicazione
Telefono: 044 283 89 43, e-mail: medien@prosenectute.ch

Una scheda informativa è disponibile al seguente link: www.prosenectute.ch/media/solitudine

Sportelli di contatto per la solitudine nell'anzianità: www.prosenectute.ch/sportelli-di-contatto-solitudine

Pro Senectute Svizzera

Lavaterstrasse 60 · Casella postale · 8027 Zurigo · Telefono 044 283 89 89
info@prosenectute.ch · prosenectute.ch

Conto postale 87-500301-3
IBAN CH91 0900 0000 8750 0301 3



PRO SENECTUTE

Monitoraggio

Il Monitoraggio dell'anzianità di Pro Senectute Svizzera è un sondaggio rappresentativo rivolto alla popolazione over 55 che affronta svariate tematiche rilevanti per la terza età. È realizzato in collaborazione con la Scuola superiore di scienze applicate di Zurigo (Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften, ZHAW) e l'Università di Ginevra. I risultati della ZHAW sono frutto di un sondaggio condotto in tutta la Svizzera tra 3300 persone di età superiore a 65 anni che vivono a casa, quindi persone che non risiedono in una casa di cura o in un istituto per anziani. Il sondaggio si è svolto tra giugno e agosto 2022.

www.prosenectute.ch/monitoraggio

Pro Senectute

Pro Senectute è la più grande e importante organizzazione svizzera di categoria e di servizi e prestazioni per le persone anziane e i loro famigliari, a cui offre un supporto gratuito attraverso oltre 130 centri di consulenza. Con numerose prestazioni e offerte specifiche, oltre 1500 collaboratrici e collaboratori e 15 000 volontarie e volontari, sostiene la popolazione anziana in ogni ambito dell'invecchiamento e della vecchiaia. Circa 700 000 persone pensionate e le loro famiglie usufruiscono delle nostre prestazioni. Pro Senectute possiede la certificazione ZEWO.

www.prosenectute.ch

Pro Senectute Svizzera si impegna a favore di un linguaggio inclusivo e neutrale. Tutti i testi sono privi di forti vincoli di codificazione e di valutazione.