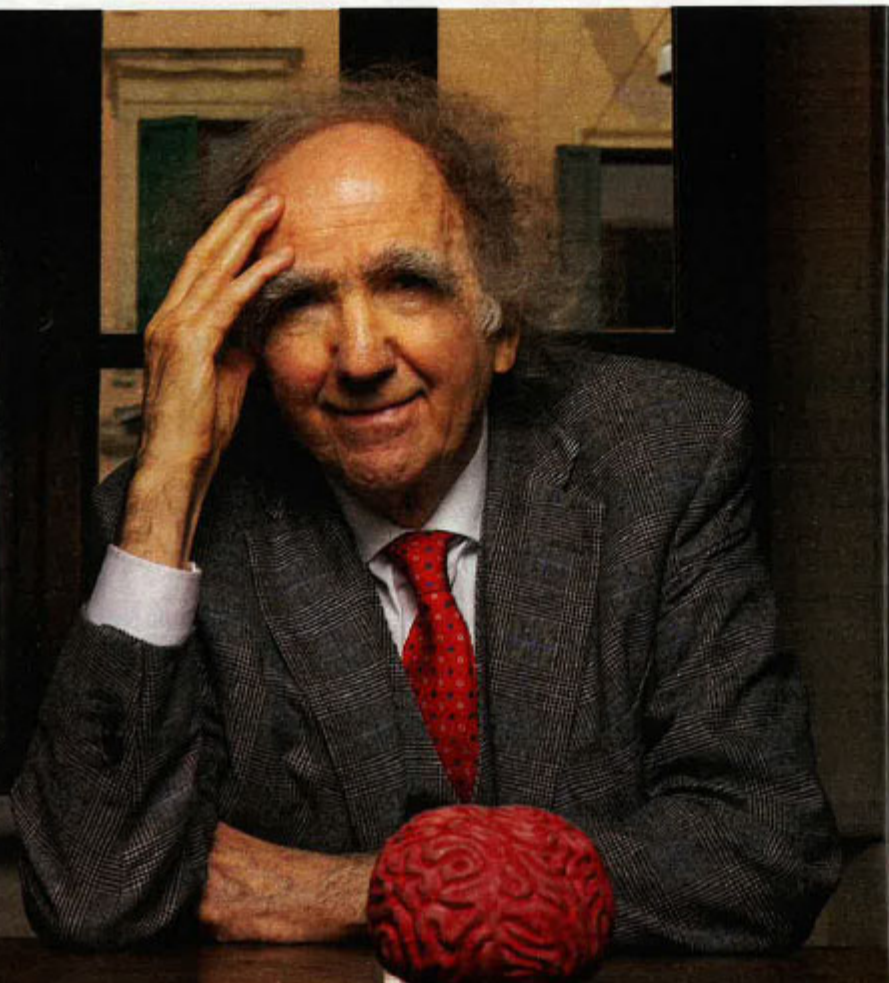


Tra neuroni che si rigenerano e desiderio di «avere un senso sociale», per **Vittorino Andreoli** la vecchiaia è una risorsa. Spesso incompresa

di ALICE CORTI
foto di ARMANDO ROTOLETTI



L'ETÀ È UNA QUESTIONE DI TESTA

LO PSICHIATRA

Vittorino Andreoli, 83 anni, psichiatra, autore di numerosi saggi. Il suo ultimo libro è *Insieme si vince* (Solferino).

Fino a pochi anni fa si credeva che negli anziani le cellule nervose smettessero di moltiplicarsi. «E ciò portava a immaginare il cervello come un organo che andava verso l'inattività, verso la degenerazione. Ora invece sappiamo che, anche negli anziani che non hanno malattie, i neuroni si rinnovano autonomamente, allo stesso modo delle cellule del fegato e della milza. Questa è stata una grande scoperta, perché impedisce di dire che il vecchio è come una candela che, lenta, si spegne».

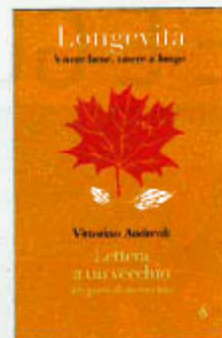
Lo psichiatra Vittorino Andreoli, 83 anni, si definisce, con orgoglio, "vecchio". Lo ricorda anche nel titolo del suo volume *Lettera a un vecchio (da parte di un vecchio)*, che, dice, ha scritto perché vorrebbe «che i vecchi fossero consapevoli della grandiosità di aver raggiunto questa età».

Sottolinea un punto innegabile: «In un vecchio (sempre senza malattie) le capacità mentali sono certamente modificate, ma lo sono anche quelle dei muscoli del resto del corpo. Però la salute delle persone anziane è notevolmente migliorata grazie agli sviluppi della medicina, delle condizioni igieniche, dell'economia». E offre come esempi l'aumento dell'età media, dal Secondo dopoguerra a oggi, «dai 48 agli 83 anni per i maschi e dai 52 agli 86 circa per le donne», e il numero di centenari viventi in Italia, «circa 20 mila».

I VERI DESIDERI

Andreoli spazia via la frase di Terenzio "Senectus ipsa est morbus", "la vecchiaia è per sé stessa una malattia". «È una frase ormai superata dalla scienza: grazie al miglioramento della salute, ai vecchi di oggi è permesso di avere delle possibilità che un tempo non c'erano. E questa è una cosa che ci rende particolarmente desiderosi di avere un senso sociale. Ecco, noi vecchi vogliamo avere un senso, e il fatto di essere più vicini alla morte rispetto a quanto, per

esempio, solitamente si immagina lo sia un adolescente, ci fa avere una gran voglia di vivere». Vittorino Andreoli chiarisce: «Avere un senso significa poter aiutare gli altri, significa avere un significato sociale. Altro che essere abbandonati o sentirsi dire in continuazione che siamo un peso, addirittura un peso economico che porta via il denaro ai giovani, quando invece la maggior parte della pensione va proprio ai nipoti». C'è un po' di amaro nelle sue parole. «Non si capisce che nella vecchiaia, in particolare, si guarda all'importanza dell'affettività, dei sentimenti, delle relazioni utili. Sarebbe interessante che la società potesse valutare una presenza così vasta di persone: vecchie, non malate». Ci sarebbero molte strategie per rendere più tangibile il senso sociale. Per esempio, facendo scelte inclusive. «Come andare nelle scuole a raccontare la propria storia, oppure seguire il modello di Padova, dove è stata



LA NOSTRA COLLANA

Lettera a un vecchio (da parte di un vecchio), di Vittorino Andreoli, è il secondo volume della raccolta *Longevità. Vivere bene, vivere a lungo* in edicola dal 6 febbraio a 8,90 euro più il costo del giornale.

“
Si parla tanto di alimentazione e cura del corpo. Ma conta altrettanto il sentirsi utili

creata una piccola comunità che offre assistenza ai vecchi, nella quale sono state create aree residenziali per anziani vicino agli asili per i bambini».

La vecchiaia, per Vittorino Andreoli, «è una nuova età, un'età che prima non conoscevo, che è piena di trasformazioni». E illustra così il suo pensiero: «Descrivo la vecchiaia come una visione del mondo. Tra gli elementi che la caratterizzano c'è, con il passaggio alla pensione, l'assenza di un cartellino da timbrare. Poi, non si hanno invidie. E non si è più interessati al denaro, magari non si ha più voglia di viaggiare o comprarsi un quinto paio di scarpe o un nuovo abito, come invece succede per gli adolescenti e gli adulti. Però ci sono tanti desideri indipendenti dai soldi». Gli esempi arrivano subito: «I vecchi hanno desideri affettivi, desideri di pace, hanno bisogno di relazioni. Vorrebbero poter vivere tranquilli, passare del tempo con i nipoti, poter raccontare la loro storia».

E quale potrebbe essere una "ricetta" per vivere bene la vecchiaia? «I consigli di solito riguardano soprattutto come curare il corpo e l'alimentazione, e poi fare movimento e dormire bene. Ma queste sono indicazioni generiche per le necessità di un vecchio, che invece ha bisogno di sentirsi utile, di avere relazioni umane, di non essere abbandonato in casa in attesa di una telefonata o di una visita».

OGGI