

Le prospettive di studio sull'età anziana e sulla vecchiaia

(appunti dalle lezioni)

a cura della Prof.ssa Elena Profeti

1) Il concetto di invecchiamento

Sino ad anni piuttosto recenti lo studio dell'età della vecchiaia ha avuto una posizione del tutto marginale nell'ambito delle tematiche esplorate dalle Scienze Umane ed è rimasto subordinato, soprattutto a livello teorico, allo studio della classe sociale di appartenenza, dei generi e della dimensione antropologica di una data cultura. Il fenomeno della vecchiaia è realmente universale e riguarda tutti gli uomini in quanto esseri biologici, e quindi trascende ogni distinzione sociale, sessuale, etnica, politica, culturale e istituzionale.

A seguito del rapido invecchiamento della popolazione occidentale, si riscontra che, dopo gli anni cinquanta, con le sue profonde ripercussioni sulle strutture sociali, alla vecchiaia viene attribuita oggi l'importanza che le spetta come una delle quattro fasi fondamentali della vita sia individuale che sociale, e forse la più significativa. L'invecchiamento è un processo inevitabile e incessante, che investe ogni aspetto della vita e impone una modificazione e una sostituzione continua degli attori in ogni contesto. Trascurare l'influenza di questo fenomeno sulle vicende umane significa ignorare il carattere processuale e dinamico dei fatti e delle situazioni studiate dalle Scienze Umane. Per convenzione vengono indicate delle età della vita come demarcatori per determinare la diversa condizione fisica o biologica e psichica della persona. C'è chi propende, in questa valutazione, a prendere in esame il concetto di età in base ai seguenti parametri o demarcatori: quello fisico o biologico, quello socio-culturale, quello propriamente cronologico, quello psicologico e quello clinico.

L'invecchiamento è un processo che interessa tutti gli organismi viventi e che comporta modificazioni biologiche. Nell'essere umano si assiste a tali modificazioni del corpo e delle sue funzioni, seguite da un processo di adattamento psicofisico, già dopo i 30 anni. Il fenomeno è graduale e progressivo, anche se variabile per ogni individuo. Tuttavia la vecchiaia può assumere un significato positivo e può essere vissuta nel modo giusto ...non è soltanto il momento della saggezza, ma può essere anche quello della creatività.

2) L'invecchiamento fisico

L'aumento della popolazione anziana rappresenta un fenomeno importante della nostra società. Rispetto al passato non è variata la durata massima della vita umana, ma quello che si è modificato drasticamente è la percentuale degli individui che raggiungono l'età avanzata. Il numero di anziani in Italia di età compresa fra i 65 e 74 anni è 8 volte maggiore rispetto l'inizio del secolo scorso, mentre gli anziani con età superiore a 85 anni sono aumentati di oltre 24 volte. A conferma di ciò studi compiuti in America, sempre nel secolo scorso, stimavano che solo il 2% della popolazione superasse i 65 anni, mentre attualmente la percentuale è dell'11%, e questa percentuale è destinata ad aumentare. Gli anziani sono sempre più numerosi e raggiungono la vecchiaia in migliori condizioni di salute, merito del progresso sia delle conoscenze scientifiche (riduzione della mortalità per malattie infettive) che delle condizioni socio-economiche (miglioramento dell'igiene e dell'alimentazione). L'aumento della popolazione anziana ha determinato la nascita di nuove discipline:

- la geriatria (dal greco geros=vecchio, iatros=medico): branca della medicina che si occupa non solo della prevenzione e del trattamento delle patologie dell'anziano, ma anche dell'assistenza psicologica, ambientale e socio-economica.
- la gerontologia : scienza che studia le modificazioni derivanti dall'invecchiamento.

- la geragogia : scienza che studia tutte le possibilità per invecchiare bene.

Esiste tutt'oggi difficoltà a stabilire l'inizio del processo di invecchiamento, processo caratterizzato dall'aumento dei processi distruttivi su quelli costruttivi a carico del nostro organismo.

Si usa comunemente considerare le seguenti fasce di età:

- età di mezzo o presenile 45-65 anni : gli eventi biologici caratteristici sono la menopausa per la donna e l'andropausa per l'uomo, importanti per le modificazioni bio-umoral (aumento dei grassi nel sangue, della glicemia, predisposizione all'ipertensione arteriosa).
- senescenza graduale, 65-75 anni : comunemente si indica l'età corrispondente all'inizio della vecchiaia a 65 anni.
- senescenza conclamata, 75-90 anni : in passato individui di età superiore ai 65 anni mostravano riduzione dell'efficienza psicofisica, ai giorni nostri si assiste alla comparsa di ultrasessantacinquenni efficienti, e si può ridefinire anziano l'ultrasettantacinquenne. In questo periodo le malattie che insorgono tendono a cronicizzarsi ed a determinare interventi assistenziali sociali e riabilitativi.

Biologicamente si assiste ad una generale riduzione del numero delle cellule (atrofia) e ad una diminuzione dell'efficienza funzionale, accompagnata da modificazioni organiche e da predisposizione ad una serie di disturbi.

3) L'invecchiamento psichico

La psicologia dell'invecchiamento si occupa dell'anziano nella sua globalità: analogamente ad ogni fase della vita umana non si può prescindere dall'importanza della componente affettiva che determina la modalità di risposta agli eventi della vita. Nell'invecchiamento mentale troviamo coinvolti, da un lato gli aspetti cognitivi e dall'altro quelli psicologici. Tra i primi riscontriamo una compromissione della memoria, difficoltà di apprendimento, riduzione della capacità di ragionamento ed un rallentamento dell'attenzione. Invece, per quanto concerne gli aspetti psicologici, ritroviamo: insicurezza, un'accentuazione delle caratteristiche di personalità, la visione di sé nel tempo ed una modificazione dello stato affettivo. Sebbene la vecchiaia sia caratterizzata da modificazioni in senso peggiorativo, non si può, però, ignorare che vi sia anche un parallelismo fra le modificazioni delle "funzioni" in individui diversi (eterocronia dal greco eteros=diverso e cronos=tempo). Per questo motivo la modalità di invecchiamento non può prescindere dalla personalità e dalle esperienze di vita, in quanto la vecchiaia rappresenta la sintesi del significato dell'esistenza: infatti è nella vecchiaia che si può raggiungere la saggezza.

Già nell'antichità si riteneva che la vecchiaia fosse sempre accompagnata da deterioramento mentale permanente, in particolare dal declino patologico delle capacità intellettuali e dell'adeguato controllo dell'emotività (demenza). Leggendo S. Antonio da Padova si trova il termine sene-scere inteso come perdere la cognizione di sé, mentre personaggi come Cicerone (nel De Senectute), Catone e Seneca parlando di vecchiaia mostrano una visione più positiva: la vecchiaia non è solo un processo necessariamente legato al decadimento globale dell'organismo umano. In particolare Catone e Cicerone sottolineavano l'importanza di coltivare molti interessi, fonte di frutti meravigliosi. Recenti ricerche hanno evidenziato la possibilità di sviluppare situazioni creative proprio nella vecchiaia ; anzi studi condotti con modalità diverse hanno dato risultati differenti rispetto al passato: l'anziano può mantenere la sua efficienza psichica globale, se sfrutta le risorse residue (ad esempio mediante l'allenamento mentale), e se motivato.

4) Il modello del "ciclo di vita"

La senilità è l'età prossima al termine della vita media degli esseri umani, che riguarda l'ultima parte del "ciclo vitale" umano.

Il passaggio dell'individuo attraverso le varie fasi del ciclo di vita - nascita, infanzia, adolescenza, matrimonio, procreazione, allontanamento dei figli, vedovanza e morte - è un tema ricorrente nella letteratura di tutto il mondo - si pensi, per fare un esempio, al famoso passo di Shakespeare sulle Sette Età dell'Uomo. Il modello del ciclo o percorso di vita articolato in una sequenza di stadi ha costituito un punto di riferimento essenziale nello studio dell'età e della vecchiaia in rapporto alla vita lavorativa e familiare. Tale modello conserva tuttora la sua validità, sebbene a seguito della svolta secolare dell'invecchiamento l'ultimo stadio si sia esteso in misura straordinaria. Questo approccio si propone come una valida alternativa alle analisi puramente gerontologiche, mettendone in discussione i principi di ispirazione medica che avevano confinato lo studio dell'età della vecchiaia esclusivamente all'analisi della 'quarta età', generalizzata come 'età anziana'. Nonostante la carenza di elaborazioni teoriche sull'età anziana e sull'invecchiamento che si riscontra nelle Scienze Umane, non sono mancati alcuni tentativi in questo senso; ad esempio l'ipotesi del distacco dalla vita attiva da parte dell'anziano negli anni sessanta ha goduto per lungo tempo di un notevole credito, ma oggi va perdendo terreno nei confronti della teoria "attivista" della vecchiaia, che pone l'accento sulla continuità rispetto alle età precedenti.

5) Psicologia del "ciclo di vita"

"Arco di vita", "corso di vita" e "ciclo di vita" sono espressioni centrali nel recente dibattito intorno alla natura e alle caratteristiche dello "sviluppo psicosociale" dell'uomo, e vengono a volte usate in modo intercambiabile. "Arco di vita" e "corso di vita" sono principalmente impiegate dalla Psicologia dello sviluppo la prima e dalla Sociologia la seconda, come metafore di evoluzione della vita individuale. Invece l'espressione "ciclo di vita" viene usata per indicare l'evolvere nel tempo sia dell'individuo che della famiglia. In Psicologia, questi concetti confluiscono nell'approccio definito life-span psychology.

Erikson, con la sua teoria Life span developmental psychology, inserita nel filone psicosociale, si è differenziato dalla teoria freudiana, più strettamente legata ad una visione psicosessuale dello sviluppo. Erik Erikson sviluppa la sua prospettiva mutuando un concetto dall'embriologia: parla infatti di epigenesi per spiegare come, in un qualunque organismo, ci siano delle potenzialità che attraverso le "esperienze di vita" regolano le interazioni. Nella trattazione di Erikson, questo concetto non risulta essere un processo esclusivamente biologico, in quanto l'individuo umano dipende sempre da tre processi fondamentali:

- sicuramente il primo è quello biologico che organizza i sistemi organici che fanno parte del corpo (soma);
- il secondo è un processo psichico che organizza le esperienze dell'individuo attraverso una sintesi dell'io (psiche);
- l'ultimo è un processo di natura comunitaria che dipende dalla cultura di appartenenza entro la quale avvengono le interazioni tra gli individui.

I tratti costitutivi di questa prospettiva life-span sono i seguenti:

- l'estensione dello sviluppo a tutta la vita, e non più relegato agli anni dell'infanzia o ad altre fasce di età, ad es. fino all'adolescenza, ma prolungato semmai fino alla vecchiaia;
- l'esistenza di una notevole variabilità individuale a proposito degli schemi di evoluzione e cambiamento;
- l'elevata complessità del processo di sviluppo che trova la propria formalizzazione non tanto e non più in termini di crescita-maturità-declino, bensì in un'organizzazione flessibile di fasi o stadi.

Secondo questa impostazione, ciascuna fase è caratterizzata da momenti di crescita e di declino, intesi come processi congiunti, lo sviluppo psicologico è co-determinato da fattori interni, familiari, ambientali, ed assume forme diverse in funzione delle varie condizioni di vita storiche, sociali, culturali. Ne deriva pertanto l'esigenza di un approccio interdisciplinare di ricerca in cui vengono privilegiati gli aspetti processuali e di reciproca interazione delle variabili in gioco. Così, per es., la psicologia dello sviluppo pone attenzione ai processi evolutivi entro il quadro emotivo-cognitivo e relazionale del soggetto, mentre la sociologia li colloca nella coorte o generazione di appartenenza, anello di congiunzione tra individuo e società, e la psicologia sociale della famiglia ne studia il plurimo intrecciarsi all'interno delle dinamiche del gruppo familiare.

Va precisato che una "coorte" può essere definita come l'aggregato degli individui (all'interno di una popolazione comunque definita), che hanno sperimentato lo stesso evento nello stesso intervallo di tempo.

Quindi qualsiasi evento riguardante una popolazione può generare una coorte. E' la demografia che studia le caratteristiche di una "coorte" - come la sua dimensione, la sua composizione per sesso, razza, grado di istruzione, condizione matrimoniale, condizione professionale, ecc.

Nella prospettiva di studio sopra indicata, lo sviluppo è scandito in più fasi evolutive di cui alcuni autori sottolineano specie gli aspetti di continuità tra l'una e l'altra, mentre altri ne evidenziano gli elementi di discontinuità. Nel primo caso si privilegiano i fattori maturativi e intra-individuali, nel secondo si enfatizza l'incidenza delle cause prossimali sul cambiamento e sullo sviluppo.

Tra i modelli classici fondati sul concetto di ciclo di vita, va ricordato quello di Erik Erikson. La spiegazione eriksoniana coniuga in modo originale la prospettiva clinica con quella sociale e si presta perciò all'integrazione di contributi provenienti dall'antropologia, dalla sociologia e dalla storia. Secondo questo autore, gli stadi del ciclo individuale - primi anni di vita, prima infanzia, età dei giochi, età scolare, adolescenza, giovinezza, maturità, vecchiaia - sono caratterizzati da specifiche crisi psico-sociali, veri e propri propulsori e organizzatori della dinamica evolutiva: infatti, esse sono determinate dalla risoluzione, più o meno adattativa, dell'antagonismo delle due forze (definite anche qualità) predominanti in quello stadio evolutivo. Così, il primo stadio della vita umana è caratterizzato dal conflitto tra la fiducia e la sfiducia di base, mentre crescendo il bambino si trova ad affrontare tematiche centrate sulle polarizzazioni di autonomia e vergogna; iniziativa e colpa; industriosità e inferiorità. Se supera questi primi conflitti, il bambino, accompagnato da sentimenti di fiducia, stima di sé e delle proprie capacità, può affrontare la crisi adolescenziale, al bivio tra identità e confusione d'identità. Le crisi centrali dell'età adulta si giocano tra capacità d'intimità e pericolo dell'isolamento, e tra capacità di generatività - intesa in senso lato come tendenza a generare prodotti e idee - e rischio della preoccupazione esclusiva di sé o stasi. L'età adulta, anello di congiunzione dell'individuo con la generazione passata e quella futura, è così momento decisivo di trasmissione storica. Una persona è adulta, infatti, quando "è pronta ad investire le proprie energie per il mantenimento del mondo nello spazio e nel tempo storico". La vecchiaia, infine, è vissuta sui temi dell'integrità in opposizione alla disperazione. Interessante è l'apertura del modello eriksoniano alla dimensione sociale, soprattutto in termini intergenerazionali e storici. Infatti, qualsiasi realizzazione del ciclo di vita individuale s'inserisce nel "ciclo corrente delle generazioni", il quale è, a sua volta, d'importanza vitale per il mantenimento delle strutture sociali in evoluzione. A tal proposito, Erikson riprende la considerazione già di S. Freud (1912-14), secondo cui "l'individuo conduce una doppia vita, come fine a se stesso e come anello di una catena di cui è strumento contro o comunque indipendentemente dal suo volere". Tale potenziale apertura del concetto di ciclo di vita alla dimensione sociale emerge nell'interesse per le concettualizzazioni sul ciclo di vita familiare.