Generazione sandwich, i Millennials schiacciati tra figli e genitori: così il welfare familiare pesa sui bilanci di Fabio Savelli

Dall'aiuto economico ai figli adulti all'assistenza ai genitori anziani, la generazione di mezzo sostiene due fronti. E il caregiving rischia di frenare le carriere, soprattutto femminili.
(Fonte: https://www.corriere.it/ 18 novembre 2026)



C'è una generazione che rischia di trovarsi stretta tra due responsabilità difficili da conciliare: mantenere i figli, anche quando sono ormai adulti, e prendersi cura dei genitori che invecchiano. **Sono i Millennials, oggi nella fascia tra i 35 e i 45 anni, la cosiddetta generazione sandwich**. Da una parte devono fare i conti con il costo crescente dell'abitazione, dell'istruzione e della vita quotidiana dei figli; **dall'altra si trovano sempre più spesso a gestire le necessità assistenziali di genitori anziani, talvolta non autosufficienti.** Un doppio carico che si traduce in una pressione economica, organizzativa e professionale, con conseguenze anche sulla capacità di risparmiare e costruire il proprio futuro.

La ricerca

A fotografare uno dei due lati di questa equazione è una ricerca di **bunq**, la seconda neobank più grande d'Europa, condotta su oltre 700 genitori italiani con almeno un figlio maggiorenne. **Il risultato è significativo: il 94% degli intervistati dichiara di fornire un sostegno economico ad almeno un figlio adulto nel corso dell'anno.** Per quasi un terzo (31%) il contributo complessivo è compreso tra 500 e 1.500 euro, mentre per circa il 18% supera i 3 mila euro. Non si tratta più soltanto di aiutare i figli durante gli studi o di intervenire in caso di emergenza. Il sostegno

familiare entra ormai stabilmente nei bilanci domestici e riguarda soprattutto la casa. **Il 66% dei genitori contribuisce al pagamento dell'affitto o del mutuo di un figlio adulto**. Il 64% ha inoltre partecipato al finanziamento dell'anticipo necessario per acquistare un'abitazione: nel 23% dei casi sostenendolo interamente, nel 40% con un contributo parziale. **Un ruolo della famiglia particolarmente rilevante nel confronto europeo**, dove il sostegno all'acquisto della casa risulta meno diffuso in diversi mercati.

I sacrifici dei genitori

Il conto, naturalmente, non riguarda soltanto i figli. Per continuare ad aiutarli, il 73% dei genitori italiani intervistati dichiara di aver fatto almeno una rinuncia economica. **Il 28% ha ridotto i versamenti destinati alla pensione, il 27% ha tagliato le spese per vacanze e tempo libero, il 22% ha rinviato l'acquisto di una casa o un trasloco**. Il 20% ha utilizzato una parte dei risparmi accantonati per le emergenze e il 9% è arrivato a ricorrere a debiti o prestiti.

Lo stress economico e psicologico

La pressione non è soltanto finanziaria. **Il 35% degli intervistati dichiara di provare molto o moltissimo stress per il sostegno economico garantito ai figli adulti.** E quasi quattro genitori su dieci (39%) ammettono che preferirebbero non dover continuare a fornire questo aiuto, ma sentono di non avere alternative. «Per molte famiglie il sostegno economico ai figli non termina più con l'ingresso nell'età adulta. L'aumento dei costi abitativi e delle spese quotidiane significa che i genitori continuano spesso a rappresentare una rete di sicurezza finanziaria anche per figli già adulti», **osserva Joe Wilson, Chief Evangelist di bunq**.

L’assistenza ai genitori anziani

Ma per la generazione sandwich il problema non si esaurisce nel sostegno economico ai figli. C'è anche il fronte, spesso meno visibile, dell'assistenza ai genitori anziani. **In Italia sono circa 12,3 milioni gli adulti coinvolti in attività di caregiving**. E il peso della cura si riflette direttamente sulla partecipazione al mercato del lavoro. Secondo i dati INAPP, richiamati in un contributo di **Giorgia Ventura, responsabile Business Development di International Care Company (ICC)**, quasi un over 50 ancora in età lavorativa su tre indica nell'assistenza a un familiare la ragione principale per cui ha lasciato o perso l'ultimo impiego. **Un fenomeno che riguarda anche le generazioni più giovani, chiamate a conciliare l'attività professionale con l'assistenza a genitori sempre più anziani.** Il costo del caregiving non si misura soltanto nelle ore sottratte al lavoro. Prima di arrivare alle dimissioni, spesso si rinuncia a una promozione, si riduce l'orario, si rimanda un percorso di formazione o si rinuncia a incarichi che richiedono maggiore disponibilità. **A questo si aggiunge una seconda agenda quotidiana, fatta di visite mediche da organizzare, terapie da seguire, referti da gestire** e rapporti con strutture sanitarie e assistenziali.

Il conto sulle carriere femminili

Anche in questo caso la distribuzione delle responsabilità è tutt'altro che equilibrata. Tra le lavoratrici che assistono un familiare, il 26,1% svolge attività di cura in forma intensa, contro il 13,9% degli uomini occupati. A livello europeo, il caregiving informale coinvolge circa il 41% delle donne rispetto al 16% degli uomini. **Secondo INAPP, la carenza di servizi di assistenza è all'origine del 40% delle dimissioni volontarie femminili.**

Il quadro è aggravato dal fatto che le tutele disponibili non sempre sono sufficienti. I **permessi della Legge 104 e il lavoro agile rappresentano strumenti importanti, ma non risolvono il problema della gestione quotidiana dell'assistenza**. Lavorare da casa, per esempio, non significa necessariamente poter conciliare una riunione con le esigenze di un genitore non autosufficiente. E la flessibilità oraria rischia di diventare una soluzione solo individuale se non è accompagnata da servizi di supporto.

I numeri dei permessi della legge 104

Nel 2024, secondo l'Osservatorio INPS, **i lavoratori del settore privato che hanno utilizzato i permessi della Legge 104 sono stati 608 mila, il 10% in più rispetto al 2023.** I beneficiari del congedo straordinario sono arrivati a 76.532, con un incremento del 7%. Numeri che fotografano una domanda crescente di assistenza, ma non esauriscono la platea dei caregiver, molti dei quali non hanno accesso alle tutele o non le utilizzano.

Un problema anche per le imprese

La doppia pressione economica e assistenziale pone quindi una questione che va oltre i bilanci familiari. **Per le imprese significa rischiare di perdere lavoratori con esperienza e competenze proprio nella fase della vita in cui hanno raggiunto una maggiore maturità professionale**. Ventura, nel suo contributo, richiama anche uno studio della **Harvard Business School** secondo cui i benefit aziendali dedicati all'assistenza familiare possono ridurre il turnover e l'assenteismo, generando ritorni economici per i datori di lavoro.

Quali strumenti mettere in campo

I risultati, riferiti al contesto statunitense, indicano un ritorno sull'investimento fino al 72%. **Il punto è passare da una concezione del welfare aziendale basata esclusivamente sulla concessione di tempo a una che metta a disposizione servizi concreti**: assistenza domiciliare, orientamento nella ricerca di strutture e professionisti, coordinamento delle prestazioni, teleassistenza e monitoraggio a distanza. Strumenti che possono alleggerire il carico organizzativo oggi scaricato quasi interamente sulle famiglie.

Le difficoltà del welfare familiare

La generazione sandwich si trova così a fronteggiare una contraddizione: mentre sostiene economicamente i figli per consentire loro di raggiungere un'indipendenza sempre più difficile, deve occuparsi dei genitori che perdono progressivamente autonomia. **In mezzo ci sono i propri progetti di vita, il risparmio previdenziale, la possibilità di acquistare una casa e le ambizioni professionali.** Il rischio è che il welfare familiare, chiamato a supplire alle carenze del mercato abitativo e dei servizi di assistenza, finisca per comprimere proprio le risorse economiche e professionali di chi dovrebbe costruire il proprio futuro.