

La gente pensa che la "vecchiaia" inizi più tardi di prima, secondo uno studio

L'aumento dell'aspettativa di vita e il pensionamento tardivo potrebbero spiegare il cambiamento nella percezione pubblica dell'inizio della vecchiaia

(Fonte: <https://www.apa.org/> 22 aprile 2024)

Gli adulti di mezza età e gli anziani credono che la vecchiaia inizi più tardi nella vita rispetto ai loro coetanei decenni fa, secondo uno studio pubblicato dall'American Psychological Association.

"L'aspettativa di vita è aumentata, il che potrebbe contribuire a un inizio più tardivo percepito della vecchiaia. Inoltre, alcuni aspetti della salute sono migliorati nel tempo, in modo che le persone di una certa età che in passato erano considerate vecchie potrebbero non essere più considerate vecchie al giorno d'oggi", ha detto l'autore dello studio Markus Wettstein, PhD, dell'Università Humboldt di Berlino, in Germania.

Tuttavia, lo studio, che è stato pubblicato sulla rivista *Psychology and Aging*, ha anche trovato prove che la tendenza della vecchiaia percepita più tardi è rallentata negli ultimi due decenni.

Wettstein, insieme ai colleghi dell'Università di Stanford, dell'Università del Lussemburgo e dell'Università di Greifswald, in Germania, ha esaminato i dati di 14.056 partecipanti al German Ageing Survey, uno studio longitudinale che include persone che vivono in Germania nate tra il 1911 e il 1974. I partecipanti hanno risposto alle domande del sondaggio fino a otto volte nell'arco di 25 anni (1996-2021), quando avevano tra i 40 e i 100 anni. Ulteriori partecipanti (dai 40 agli 85 anni) sono stati reclutati durante il periodo di studio quando le generazioni successive sono entrate nella mezza età e nella vecchiaia. Tra le molte domande a cui i partecipanti al sondaggio hanno risposto c'era: "A che età descriveresti qualcuno come vecchio?"

I ricercatori hanno scoperto che, rispetto ai partecipanti nati più precoci, i partecipanti nati più tardi hanno riportato un inizio percepito più tardivo della vecchiaia. Ad esempio, quando i partecipanti nati nel 1911 avevano 65 anni, fissavano l'inizio della vecchiaia all'età di 71 anni. Al contrario, i partecipanti nati nel 1956 hanno detto che la vecchiaia inizia all'età di 74 anni, in media, quando ne avevano 65.

Tuttavia, i ricercatori hanno anche scoperto che la tendenza verso un'insorgenza più tardiva percepita della vecchiaia è rallentata negli ultimi anni.

"La tendenza a posticipare la vecchiaia non è lineare e potrebbe non continuare necessariamente in futuro", ha detto Wettstein.

I ricercatori hanno anche esaminato come le percezioni dei singoli partecipanti sulla vecchiaia sono cambiate con l'avanzare dell'età. Hanno scoperto che con l'avanzare dell'età, la loro percezione dell'inizio della vecchiaia è stata spinta più in là. All'età di 64 anni, il partecipante medio ha detto che la vecchiaia è iniziata a 74,7 anni. All'età di 74 anni, hanno detto che la vecchiaia è iniziata a 76,8 anni. In media, l'insorgenza percepita della vecchiaia è aumentata di circa un anno per ogni quattro o cinque anni di invecchiamento effettivo.

Infine, i ricercatori hanno esaminato in che modo le caratteristiche individuali come il sesso e lo stato di salute hanno contribuito alle differenze nell'insorgenza percepita della vecchiaia. Hanno scoperto che le donne, in media, hanno affermato che la vecchiaia è iniziata due anni dopo rispetto agli uomini e che la differenza tra uomini e donne è aumentata nel tempo. Hanno anche scoperto che le persone che hanno riferito di essere più sole, in condizioni di salute peggiori e di sentirsi più anziane hanno detto che la vecchiaia è iniziata prima, in media, rispetto a coloro che erano meno soli, in migliore salute e si sentivano più giovani.

I risultati possono avere implicazioni su quando e come le persone si preparano per il proprio invecchiamento, così come su come le persone pensano agli anziani in generale, ha detto Wettstein.

"Non è chiaro fino a che punto la tendenza a posticipare la vecchiaia rifletta una tendenza verso visioni più positive sulle persone anziane e sull'invecchiamento, o piuttosto il contrario: forse l'inizio della vecchiaia è posticipato perché le persone considerano l'età anziana uno stato indesiderabile", ha detto Wettstein.

La ricerca futura dovrebbe esaminare se la tendenza verso un "rinvio" della vecchiaia continua e indagare su popolazioni più diversificate in altri paesi, compresi i paesi non occidentali, per capire come le percezioni dell'invecchiamento variano a seconda del paese e della cultura, secondo i ricercatori.