

AGEISMO QUESTO SCONOSCIUTO

Stereotipi, Pregiudizi,
Visioni dell'Invecchiamento

Rossana De Beni

Presidente SIPI

Stati Generali sull'Invecchiamento, Vicenza 2025

Cos'è l'Ageismo?

L'ageismo è:

stereotipo (cosa pensiamo)

pregiudizio (cosa sentiamo)

discriminazione (come agiamo)

rivolte alle persone per la sola ragione della loro età.

È legato alla visione della **vecchiaia come inesorabile declino fisico e cognitivo - malattia, isolamento sociale, peso economico** e all'**associazione tra età cronologica e salute**

A differenza di razzismo e sessismo, l'ageismo ha una caratteristica unica:

prima o poi riguarda tutti noi...se viviamo abbastanza a lungo.

Incidenza globale dell'Ageism

un pregiudizio universale e invisibile

- Secondo l'OMS (**Global Report on Ageism, 2021**), **1 persona su 2 nel mondo** manifesta atteggiamenti discriminatori verso gli anziani.
- produce: **esclusione, stereotipi di declino, marginalità sociale.**
- Il Decade of Healthy Ageing Report (ONU-WHO, 2023) rileva che **meno di un terzo dei Paesi ha politiche attive anti-ageismo.**

“L'ageism è un ostacolo silenzioso all'invecchiamento sano e alla coesione sociale.” — OMS, 2021

Problema globale

(OMS, Global Report on Ageism, 2021)

L'OMS ha definito l'ageismo un **problema globale con effetti profondi sulla salute, sull'economia e sulla coesione sociale**

Caratteristiche dell'ageismo:

- **ampiezza di diffusione** -> pervasività trans-culturale
- **“tollerabilità sociale”** più alta degli altri ismi
- **Cumulabilità e intersezione** vecchi verso i vecchi –
genere+etnia+orientamento sessuale+religione

Effetti economici e sociali

Un costo per tutti

- L'**ageismo nei sistemi sanitari** comporta diagnosi tardive e minore aderenza terapeutica.
- Sul lavoro, gli **over-55** hanno fino al **30–40% di probabilità in meno** di essere assunti o promossi (OCSE, 2023).
- L'OMS stima **miliardi di dollari** di costi globali evitabili ogni anno per effetti indiretti su **salute e produttività**.
- Negli Stati Uniti è stato stimato in **63 miliardi di dollari annui**, per costi sanitari evitabili legati a stereotipi negativi interiorizzati.

Riduce la coesione sociale e amplifica le **disuguaglianze intergenerazionali**.

Stereotipi sull'Invecchiamento

Falsi miti comuni:

I vecchi: tutti uguali , improduttivi, lenti, smemorati, incapaci di apprendere, malati, peso sociale, tristi, depressi, noiosi e brontoloni

La realtà scientifica dice invece che:

- La mente può restare attiva e lucida
- È sempre possibile apprendere nuove abilità
- La variabilità è la caratteristica nella vecchiaia
- Diversità massima tra vecchi (età cronologica vs. biologica, funzionale, psicologica, sociale)

Tipi di Ageismo

Dove e come si manifesta

- 1. **Istituzionale**: norme, pratiche e politiche che escludono per età (es. limiti rigidi nei concorsi o trattamenti sanitari).
- 2. **Interpersonale**: linguaggio infantilizzante, battute, stereotipi impliciti nel contatto quotidiano.
- 3. **Interiorizzato**: quando gli anziani assorbono e riproducono gli stereotipi su di sé, riducendo autostima, motivazione, speranza.

Tipi di ageismo: dove si nasconde davvero

Ecco i principali ambiti, documentati dalla letteratura scientifica, in cui si può manifestare,

Ageismo e cognizione

-**Stereotipo:** “gli anziani dimenticano tutto, la memoria è destinata a svanire, non possono prendere decisioni”.

-**Evidenze:** la memoria non declina in modo uniforme: alcune funzioni si indeboliscono, ma altre (semantica, autobiografica, procedurale) restano robuste e persino arricchite.

Ageismo nel lavoro

-**Stereotipo:** “gli anziani sono poco produttivi, resistenti al cambiamento, incapaci di apprendere nuove competenze”.

-**Evidenze:** meta-analisi mostrano che i lavoratori più maturi hanno livelli più alti di affidabilità, precisione e motivazione intrinseca. L’esperienza accumulata diventa risorsa in compiti complessi e nel problem-solving.

Ageismo e guida automobilistica

-**Stereotipo:** “gli anziani sono pericolosi al volante”.

-**Evidenze:** i dati mostrano che gli incidenti più gravi sono più frequenti tra i giovani. Gli anziani tendono a guidare con prudenza, riducendo i rischi. Quando coinvolti in incidenti sono più spesso vittime.

Ageismo e affettività

-**Stereotipo:** “gli anziani sono tristi, malinconici, depressi, emotivamente instabili”.

-**Evidenze:** la ricerca scientifica mostra l’opposto: con l’età aumenta la regolazione emotiva e il cosiddetto *paradosso del benessere*.

Ageismo e sessualità

-**Stereotipo:** “Solo chi è giovane, bello e prestante può fare all’amore, i vecchi non possono più nulla... non c’è spazio per la sessualità”.

-**Evidenze:** Desiderio, intimità e affettività restano importanti fino a tarda età, con benefici sul benessere psicologico e sulla qualità della vita.

Ageismo nei servizi sanitari

-**Stereotipo:** “non vale la pena sprecare risorse per curare gli anziani,”, accesso ridotto a terapie innovative.

-**Evidenze:** Anche in età avanzata i trattamenti hanno benefici significativi sulla qualità e sulla durata della vita.

Ageismo nella comunicazione: l’elderspeak, infantilizzazione del linguaggio

-**Stereotipo:** linguaggio infantilizzante e paternalistico (“tesoruccio”, “nonnina”), tono caricato, lento e condiscendente.

-**Evidenze:** studi USA e italiani dimostrano che l’elderspeak riduce l’autostima e aumenta la resistenza alle cure.

Ageismo di genere

-**Stereotipo:** Donne perdita di attrattività come colpa. Uomini: perdita di potere come colpa.

-**Evidenze:** studi internazionali mostrano che la combinazione di sessismo e ageismo colpisce soprattutto le donne, rendendole più invisibili sul piano sociale e professionale

Introiettare lo Stereotipo

Stereotype Embodiment Theory

Gli individui spesso finiscono per conformarsi agli stereotipi associati al loro gruppo di appartenenza, adottando tratti, comportamenti e caratteristiche coerenti con tali stereotipi,



- **Salute fisica** (peggioramento marcatori salute ardiovascolare)
- **Funzionamento cognitivo** (rischio demenza)
- **Benessere psicologico** (autostima, depressione, ritiro sociale)

Quando il pregiudizio diventa profezia

Effetti psicologici e cognitivi

- Stereotipi negativi sull'età **aumentano stress, ansia e solitudine** (WHO, 2021).
- Nei compiti di **memoria**, l'attivazione di stereotipi peggiora le prestazioni cognitive.
- L'ageismo interiorizzato compromette **motivazione, senso di competenza e benessere mentale**.

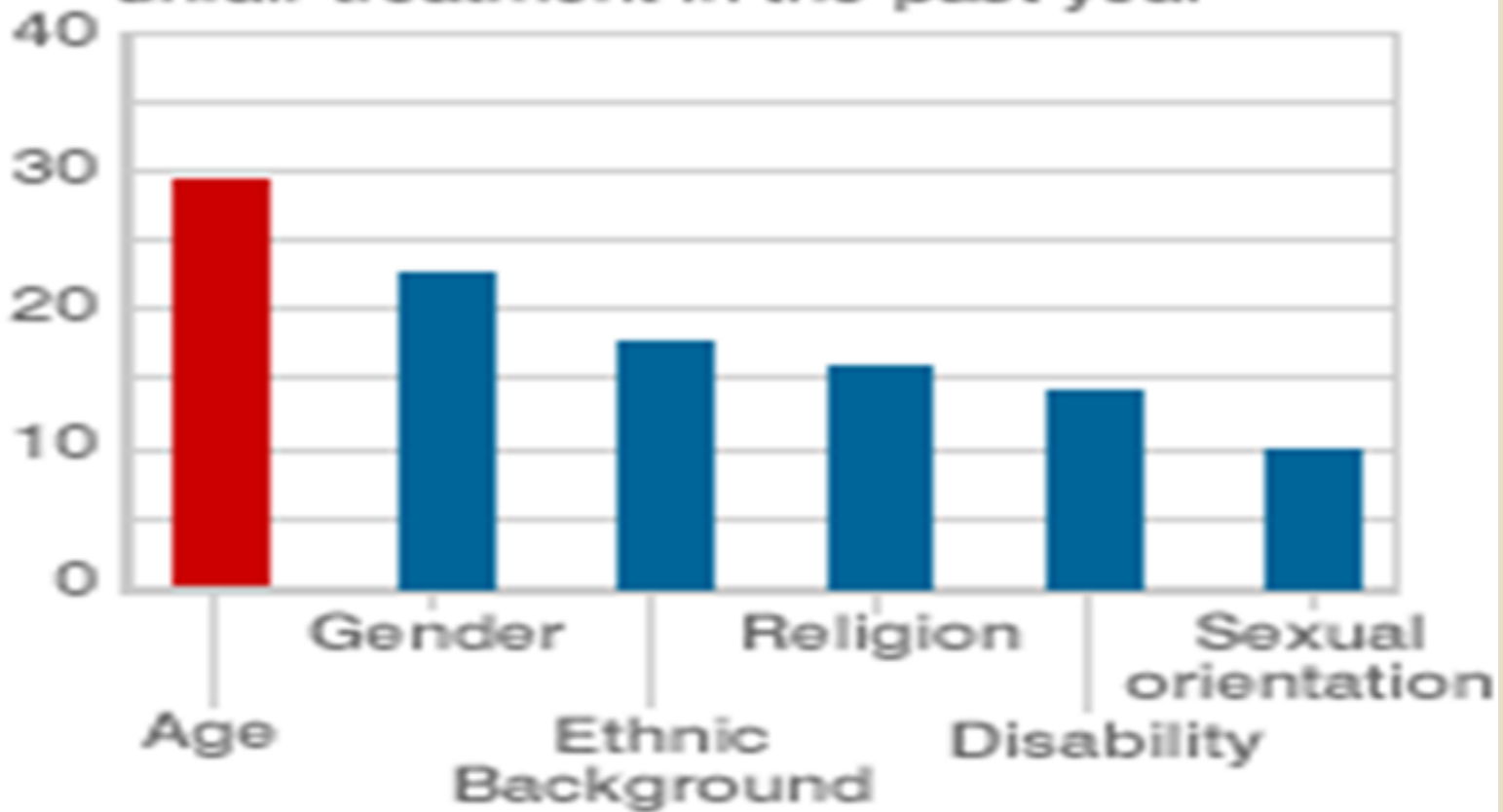
Lo sapevate che...

L'AGEISMO è oggi il pregiudizio più diffuso in Europa:
35% degli europei ne ha esperienza diretta (**ESS, 2023**)
Supera discriminazioni per genere e razza.

"Se discriminare per razza o genere è intollerabile, perché discriminare per età è ancora considerato normale?"

Ageismo

% reporting experience of prejudice or unfair treatment in the past year



SOURCE: Age Concern/University of Kent

Superare l'Ageismo

Un Nuovo Paradigma dall'approccio basato sulla paura all'approccio basato sui fatti

**Dati scientifici mostrano chiaramente che molti stereotipi negativi sono falsi
Occorre un paradigma basato su fatti scientifici per migliorare il benessere psicologico e fisico degli anziani.**

Promuovere la normalità dell'età e la valorizzazione delle sue potenzialità.

Dall'ageismo interiorizzato alle nuove visioni dell'invecchiamento

- L'ageismo interiorizzato nasce dall'assorbimento di stereotipi negativi sulla vecchiaia.
- L'anziano finisce per identificarsi con l'immagine sociale di sé come fragile, inutile, dipendente.
- Questo processo influenza autostima, motivazione, salute e persino le prestazioni cognitive.

Ma la buona notizia è che questa rappresentazione può cambiare...

Le buone notizie della ricerca

Gli studi longitudinali mostrano che:

- Le **visioni dell'invecchiamento sono modificabili** nel tempo.
- Una **percezione positiva** di sé come anziano migliora salute, funzionamento cognitivo e benessere.
- In uno studio longitudinale le credenze positive sull'invecchiamento hanno **ridotto del 50% il rischio di demenza**. (Levy et al., 2018, PLOS One)
- **Interventi mirati**: psicoeducativi, di consapevolezza, contatto intergenerazionale possono ridurre l'ageismo interiorizzato.

La transizione: dalle etichette ai significati

Il passaggio dal pregiudizio interiorizzato alle visioni dell'invecchiamento segna una svolta culturale e psicologica.

- Da una lettura centrata sul deficit, a **una prospettiva orientata alla crescita** (life-span, lifelong learning)
- Dall'età come destino, **all'età come costruzione di senso.**
- L'individuo diventa **soggetto attivo nella definizione del proprio invecchiamento.**

Nuove visioni dell'invecchiamento

L'invecchiamento può diventare **longevità**:

- Spazio di **significato** e **continuità personale**.
- Tempo di **libertà**, **scelta** e **autenticità**.
- Opportunità di **trasmissione**, **creatività** e **connessione**.

**La vecchiaia come longevità e
il vecchio longevo come testimone di resilienza,
non come simbolo di perdita.**

Cambiare la cultura dell'età

Superare l'Ageismo: strategie OMS / ONU

tre linee d'azione integrate :

- **Educazione:** informare e formare per smontare stereotipi sull'età in scuole, media e professioni sanitarie.
- **Contatto intergenerazionale:** favorire relazioni dirette e paritarie tra giovani e anziani, nei contesti comunitari e lavorativi.
- **Politiche e legislazione:** adottare norme e pratiche che tutelino i diritti a ogni età e promuovano l'invecchiamento attivo.

Interventi combinati e duraturi producono i risultati più efficaci.

“Ridurre l'ageismo è essenziale per costruire società più sane, più eque e più sostenibili.” — WHO, Global Report on Ageism, 2021

Tre Azioni Immediate da Compiere

? Riconoscere

Nomina l'ageismo quando lo incontri, interrompi la catena degli stereotipi.

? Promuovere

Comunica visioni positive e realistiche dell'invecchiamento, basate su evidenze scientifiche.

? Costruire

Comunità inclusive, attente ai bisogni di tutte le età, facendo dell'invecchiamento una priorità di salute pubblica.

**Non stiamo parlando di 'altri da noi'
stiamo parlando del nostro stesso futuro
e...presente!**

Contrastare l'ageismo significa costruire una società
equa e migliore per tutte le generazioni.

Grazie per la vostra attenzione.

Rossana De Beni

SIPI – Società Italiana di Psicologia dell'Invecchiamento