La Geriatria conta

Il valore aggiunto per le persone anziane e la società civile

La Geriatria è l'area della medicina che si occupa della salute e della cura degli anziani – comprendendo la salute fisica, la memoria e il pensiero, il funzionamento quotidiano, i bisogni sociali, la prevenzione, il recupero e le cure di fine vita. Va oltre il trattamento delle singole condizioni – sostiene la persona nella sua interezza.

Le persone vivono più a lungo che mai. Questa è una buona notizia – e il corpus di conoscenze creato dalla Geriatria è fondamentale per rendere queste vite più lunghe, sane, attive e piene di vita. Questa base di conoscenze non è una specialità per pochi - è una parte essenziale di un'assistenza sanitaria di buona qualità per le persone anziane. Vivere più a lungo non dovrebbe significare solo aggiungere anni alla vita, ma anche preservare la capacità di vivere in modo indipendente ed essere trattati con rispetto e dignità, mantenendo al contempo una buona qualità di vita complessiva.

Questo brief illustra perché i principi della Geriatria sono importanti, che cosa deve cambiare e come tutti noi possiamo fare la nostra parte – come individui, comunità e organizzazioni – nel rendere l'assistenza geriatrica più visibile, più accessibile e più valorizzata.

Messaggi chiave

L'invecchiamento è un'esperienza umana condivisa – e vivere più a lungo sta diventando una realtà per sempre più persone. I sistemi sanitari devono adattarsi ora per rispondere all'intera gamma di bisogni che accompagnano vite più lunghe.

Con l'avanzare dell'età, i nostri bisogni di salute diventano più complessi. La Geriatria esiste proprio per affrontare questo – adottando un **approccio alla persona nella sua interezza** che sostiene **la salute fisica, il benessere mentale, l'autonomia e la qualità della vita**.

Le persone anziane meritano la stessa qualità di cura di chiunque altro, indipendentemente dall'età. Spesso richiedono approcci diversi alla diagnosi, al trattamento, alla riabilitazione e alla comunicazione. **La competenza nella cura delle persone anziane non è facoltativa – deve essere lo standard**.

Molte persone presumono erroneamente che la confusione, i problemi di memoria,le cadute o il bisogno di maggiore aiuto nelle attività quotidiane siano semplicemente “normale invecchiamento”, e questo può ritardare la diagnosi e il trattamento. Una migliore comprensione dell'invecchiamento – in termini di ciò che è normale e di ciò che richiede una valutazione medica – **dà a individui, famiglie e comunità gli strumenti** per riconoscere precocemente i problemi, cercare l'aiuto giusto in tempo e invecchiare bene.

Le persone anziane non dovrebbero solo ricevere passivamente le cure – dovrebbero partecipare a crearle. **Ciò che conta di più per le persone anziane dovrebbe contare nella loro cura e per chi si prende cura di loro**.

Investire nell'assistenza geriatrica porta benefici non solo alle persone anziane, ma anche alle famiglie, ai caregiver e alla società nel suo complesso.



*Questa pubblicazione si basa sul lavoro della COST Action PROGRAMMING 21122, sostenuta da COST (European Cooperation in Science and Technology). COST è un'agenzia di finanziamento per reti di ricerca e innovazione. Le nostre Action aiutano a collegare le iniziative di ricerca in tutta Europa e consentono agli scienziati di far crescere le proprie idee condividendole con i loro pari. Questo dà impulso alla loro ricerca, carriera e innovazione. Il presente documento è uno strumento pensato per coinvolgere le persone anziane, le loro famiglie e le organizzazioni della società civile sull'importanza della Geriatria — evidenziandone il valore per gli adulti anziani, le comunità e la società nel suo complesso. È stato generato attraverso un processo in più fasi di co-creazione e revisione da parte dei ricercatori coinvolti. Il contenuto è strutturato attorno a tre domande fondamentali: **Perché** la Geriatria è importante per le persone anziane e la società civile, **Che cosa** deve cambiare e **Come** possiamo tutti fare la nostra parte per realizzarlo.*

COST CA21122

PROGRAMMING

PROmoting GeRiAtric Medicine in countries where it is still eMergING

I. Perché la Geriatria conta?

L'INVECCHIAMENTO È UN'ESPERIENZA UMANA CONDIVISA CON DIVERSE CARATTERISTICHE CHIAVE | C'è un crescente riconoscimento della necessità di una migliore comprensione dell'invecchiamento nei suoi aspetti fisici, mentali e sociali. Una maggiore comprensione dell'invecchiamento può aiutare individui, famiglie e comunità a riconoscere i cambiamenti legati all'età e a sostenere **un invecchiamento sano e indipendente e il rimanere attivi più a lungo**. Le persone anziane meritano che i loro bisogni siano compresi e adeguatamente sostenuti.

LA GERIATRIA ADOTTA UN APPROCCIO ALLA PERSONA NELLA SUA INTEREZZA | Le conoscenze create dalla Geriatria si concentrano sulla salute e sulla cura delle persone anziane, attraverso un approccio alla persona nella sua interezza. Considera quanto bene una persona riesce a gestire le proprie attività quotidiane, la salute mentale e la situazione sociale. L'obiettivo è sostenere ciò che conta di più, inclusi **qualità della vita, indipendenza, dignità, benessere e partecipazione alla società**. Questo tipo di cura funziona meglio quando un team di diversi professionisti, come medici, infermieri e assistenti sociali, lavora insieme ai pazienti e ai caregiver per fornire un supporto coordinato e personalizzato.

LA VOCE DELLE PERSONE ANZIANE DEVE ESSERE ASCOLTATA | Le persone anziane vogliono avere voce in capitolo sulla propria cura e stabilire le proprie priorità – ma gli attuali sistemi sanitari non sempre lo rendono facile. Troppo spesso agli adulti anziani non vengono date informazioni, tempo od opportunità sufficienti per determinare ciò che accade loro. La Geriatria chiede “Che cosa è importante per te?” e non solo “Che cosa non va in te?”. Questo è ciò che dovrebbe essere una buona assistenza.

INVESTIRE NELL'ASSISTENZA GERIATRICA PUÒ PORTARE BENEFICI SIA AGLI INDIVIDUI SIA ALLA SOCIETÀ | Una migliore assistenza geriatrica aiuta le persone a rimanere attive nella comunità e a vivere in modo indipendente nelle proprie case più a lungo, e sostiene le famiglie e i caregiver. Individuando e gestendo precocemente i problemi, si possono ridurre le visite ospedaliere non necessarie e il trasferimento in una casa di riposo o in una struttura residenziale. Questo contribuisce anche a rendere le strutture sanitarie più efficienti per tutti.

II. Che cosa si dovrebbe fare per offrire alle persone anziane la migliore assistenza possibile?



Cambiare il modo in cui pensiamo e parliamo dell’invecchiamento

Gli stereotipi negativi sull'invecchiamento sono ancora comuni, sia nell'assistenza sanitaria sia nella vita quotidiana. Ciò può influire negativamente sull'accesso alla diagnostica, al trattamento e alla riabilitazione per le persone anziane. Sensibilizzare e cambiare questi atteggiamenti dovrebbe essere una priorità di tutte le azioni legate all'invecchiamento e alla diffusione dei principi della Geriatria, garantendo che le persone anziane siano trattate con rispetto, equità e dignità a ogni livello di cura. **Invecchiare è una parte naturale della vita – e un'opportunità per continuare a vivere pienamente contribuendo alla società con saggezza ed esperienza.**



Costruire la comprensione pubblica dell’invecchiamento e della Geriatria

Le persone e le organizzazioni comunitarie dovrebbero avere accesso a informazioni chiare e semplici su che cos'è la Geriatria, che cosa offre e come aiuta le persone a rimanere sane, attive e indipendenti mentre invecchiano. Ciò dovrebbe includere anche le basi del processo di invecchiamento stesso, compresi quali cambiamenti possono verificarsi con l'invecchiamento e quali possono essere segni di condizioni di salute che richiedono una valutazione medica (come la demenza o l'incontinenza). **Una migliore comprensione significa meno idee sbagliate e un accesso più rapido a cure appropriate.**



Ascoltare le persone anziane e garantire che le loro esperienze diano forma all’assistenza

Ciò che conta per le persone anziane, ciò che si aspettano e ciò di cui hanno bisogno dovrebbe guidare il modo in cui i servizi sono progettati, il modo in cui i professionisti sono formati e il modo in cui vengono elaborate le politiche. **Una buona assistenza geriatrica non può essere progettata senza le persone per cui è progettata.**



Informare i portatori di interesse sui principi della Geriatria e sostenere coloro che si prendono cura delle persone anziane

I familiari che si prendono cura dei propri cari e i professionisti dell'assistenza sono spesso il principale punto di contatto per le persone anziane. Hanno bisogno di una formazione chiara e pratica sull'assistenza geriatrica e su come si presenta una buona assistenza per le persone anziane. Inoltre, i caregiver spesso affrontano difficoltà emotive, fisiche e finanziarie e dovrebbero ricevere sostegno e riconoscimento. **Quando i caregiver sono informati e supportati, sono maggiormente in grado di sostenere le persone anziane.**



Mettere le persone anziane in condizione di chiedere e aspettarsi la migliore assistenza

Le persone anziane e le loro famiglie dovrebbero poter sapere se i professionisti sanitari sono formati nell'assistenza geriatrica e dovrebbero sentirsi sicuri nel richiedere questa competenza. Sistemi chiari per riconoscere e certificare tale formazione aiuterebbero le persone a fare scelte informate e sosterrebbero l'accesso a un'assistenza appropriata. **Sapere come prendersi cura delle persone anziane dovrebbe essere lo standard, non un'eccezione.**



Portare la Geriatria nella vita quotidiana e incoraggiare le comunità a invecchiare bene

Le comunità dovrebbero essere sostenute nel comprendere come l'invecchiamento influisce sulla salute e sulla vita quotidiana e che cosa si può fare per rimanere attivi e indipendenti più a lungo. La visibilità della Geriatria al di là degli ospedali e degli ambulatori dovrebbe farne parte. Un supporto geriatrico basato sulla comunità può aiutare le persone anziane a continuare a vivere in modo indipendente, rimanendo connesse e coinvolte nei propri quartieri. **"Invecchiare bene" inizia nelle nostre comunità. La prevenzione e il giusto supporto al momento giusto possono fare davvero la differenza. Non è mai troppo presto, e non è mai troppo tardi, per iniziare a prendersi cura del modo in cui invecchiamo.**

III. Come possiamo passare dalle parole all'azione?

1. SVILUPPO DI CAMPAGNE DI EDUCAZIONE PUBBLICA E DI SENSIBILIZZAZIONE SULL'INVECCHIAMENTO E SULLA GERIATRIA

- Lavorare insieme per produrre informazioni chiare e semplici per tutti su ciò che accade quando invecchiamo, su come rimanere in salute e su ciò che l'assistenza geriatrica può offrire.
- Fare in modo che queste informazioni indichino quali cambiamenti sono una parte normale dell'invecchiamento e quali non lo sono – aiutando le persone a riconoscere i problemi di salute che richiedono attenzione e i segnali di allarme precoci come confusione, cadute, problemi legati ai farmaci e peggioramento della memoria, a capire quando e dove chiedere aiuto e a sapere come la Geriatria può sostenerle.

2. DARE ALLE PERSONE ANZIANE UN RUOLO ATTIVO NEL DARE FORMA ALL'ASSISTENZA GERIATRICA

- Incoraggiare e sostenere le persone anziane a partecipare attivamente nel dare forma alle cure che ricevono – non solo come destinatari delle cure, ma come partner nella loro progettazione. Coinvolgere le persone anziane è particolarmente essenziale quando vivono con diversi problemi di salute o difficoltà cognitive.
- Includere più persone anziane nella ricerca sanitaria, affinché i nuovi trattamenti e l'assistenza sanitaria funzionino bene anche per loro.
- Trasformare le strutture sanitarie e sociali in ambienti a misura di anziano, promuovendo dignità e rispetto.
- Includere le esperienze e le voci delle persone anziane e dei caregiver nella formazione professionale, nella ricerca sanitaria e nelle normative.

cost EUROPEAN COOPERATION IN SCIENCE & TECHNOLOGY
Funded by the European Union
EuGMS European Geriatric Medicine Society
Fostering geriatric medicine across Europe

3. RAFFORZARE LA FORMAZIONE PER I CAREGIVER E I PROFESSIONISTI DELL'ASSISTENZA

- Sviluppare ed erogare programmi di formazione per caregiver familiari, assistenti professionali e personale dell'assistenza a lungo termine.
- Concentrarsi sui principi di base della Geriatria, sulla prevenzione, sull'identificazione precoce dei problemi e sulla garanzia della continuità delle cure.

4. RICONOSCERE E PROMUOVERE LA COMPETENZA NEI PRINCIPI DELL'ASSISTENZA GERIATRICA

- Sostenere lo sviluppo di certificazioni chiare e riconoscibili che indichino quali professionisti sanitari sono formati nei principi dell'assistenza geriatrica.
- Sostenere che l'assistenza sanitaria specialistica per le persone anziane sia resa disponibile nei paesi in cui attualmente non è fornita.
- Chiedere che le informazioni sulle competenze geriatriche dei professionisti sanitari siano rese pubbliche, affinché le persone anziane e le loro famiglie possano scegliere professionisti qualificati e chiedere le cure che meritano.
- Sostenere i team di professionisti sanitari formati nella cura delle persone anziane e aiutarli a lavorare a stretto contatto tra i servizi sanitari e i servizi di comunità.

5. INTEGRAZIONE DELLA PREVENZIONE E DELL'INVECCHIAMENTO SANO LUNGO TUTTO IL CORSO DELLA VITA

- Includere messaggi sulla prevenzione e sull'invecchiamento sano in tutte le attività sociali, culturali, educative e di advocacy - a partire dalla mezza età e anche prima, non solo in età avanzata.

6. PROMUOVERE LE CURE PREVENTIVE, L'ALFABETIZZAZIONE SANITARIA E LA CONSAPEVOLEZZA SULLA SALUTE PUBBLICA

- Diffondere informazioni di facile comprensione attraverso TV, radio, siti web, social media, volantini, incontri ed eventi comunitari, incluse informazioni su vaccinazioni, alimentazione sana, attività fisica, relazioni sociali e comunità a misura di anziano che sostengono le persone mentre invecchiano.

7. COINVOLGERE GRUPPI COMUNITARI, ENTI DI BENEFICENZA E GRUPPI DI ADVOCACY

- Collaborare con le organizzazioni delle persone anziane, i gruppi di pazienti e le organizzazioni di volontariato per progettare attività comunitarie che rispondano a bisogni reali e riflettano esperienze vissute.
- Utilizzare queste collaborazioni per rafforzare le campagne di sensibilizzazione, influenzare i rappresentanti politici e ottenere sostegno e finanziamenti.

Conclusione chiave

La Geriatria e il corpus di conoscenze creato da questa specialità hanno un valore chiaro e dimostrato – **per le persone anziane, per le famiglie e per la società nel suo complesso**. I sistemi sanitari devono ora adattarsi alla realtà di società con un numero crescente di persone anziane. Sfruttare al meglio vite più lunghe significa investire nelle cure giuste, aumentare la consapevolezza e cambiare il modo in cui pensiamo e parliamo dell'invecchiamento – nelle nostre comunità, nell'assistenza sanitaria e nelle politiche. **L'invecchiamento è il futuro comune di tutti coloro che vivono abbastanza a lungo**!

La strada da seguire è chiara. Ma richiede l'azione di tutti noi – individui, comunità, professionisti sanitari e rappresentanti politici.

cost EUROPEAN COOPERATION IN SCIENCE & TECHNOLOGY
Funded by the European Union
EuGMS European Geriatric Medicine Society
Fostering geriatric medicine across Europe

Dichiarazione di trasparenza: *l'IA generativa è stata utilizzata esclusivamente per assistere nella revisione editoriale di un manoscritto iniziale redatto da esseri umani, inclusi il miglioramento della lingua, l'abbreviazione del testo e la sintesi di idee complesse in una formulazione concisa. La base di evidenze, le raccomandazioni politiche, l'interpretazione e il contenuto finale sono stati sviluppati, rivisti criticamente e approvati dagli autori, che mantengono la piena responsabilità del documento.*

Nella preparazione di questa traduzione sono stati utilizzati strumenti basati sull'intelligenza artificiale per la revisione linguistica e stilistica. La versione finale tradotta è stata revisionata e approvata dal gruppo nazionale di traduzione.

ALTRE RISORSE (disponibili su www.cost-programming.eu/) **:**

1. Advocacy Brief PROGRAMMING: La Geriatria conta: il valore aggiunto per... Sistemi sanitari e rappresentanti politici | Professionisti sanitari | Educatori sanitari e sviluppatori di curricula
2. Pubblicazioni della COST Action PROGRAMMING 21122
3. Video di 90'' su che cos'è la COST Action PROGRAMMING 21122
4. Breve video che spiega la Geriatria
5. Glossario PROGRAMMING dei termini di Geriatria

PROGRAMMING COST ACTION 21122

BIBLIOGRAFIA:

1. Christensen K, Doblhammer G, Rau R, Vaupel JW. Ageing populations: the challenges ahead. Lancet. 2009;374(9696):1196-208. doi.org/10.1016/s0140-6736(09)61460-4

2. Lazarova S, Petrova-Antonova D. Gaps in dementia knowledge: a nationwide study of public awareness and misconceptions in Bulgaria. Psychogeriatrics. 2025;25(2):e70016. doi.org/10.1111/psyg.70016

3. Pacifico D, Fiordelli M, Fadda M, Serena S, Piumatti G, Carlevaro F, et al. Dementia is (not) a natural part of ageing: a cross-sectional study on dementia knowledge and misconceptions in Swiss and Italian young adults, adults, and older adults. BMC Public Health. 2022;22(1):2176. doi.org/10.1186/s12889-022-14578-8

4. Lin L, Liao S, Yan Z, Liu C, Wang Q, Wang F. The Level of Expectations Regarding Aging Among Older Adults: A Systematic Review and Meta-analysis. J Am Med Dir Assoc. 2024;25(3):410-6. doi.org/10.1016/j.jamda.2023.08.027

5. Sarkisian CA, Hays RD, Mangione CM. Do older adults expect to age successfully? The association between expectations regarding aging and beliefs regarding healthcare seeking among older adults. J Am Geriatr Soc. 2002;50(11):1837-43. doi.org/10.1046/j.1532-5415.2002.50513.x

6. Lothian K, Philp I. Maintaining the dignity and autonomy of older people in the healthcare setting. Bmj. 2001;322(7287):668-70. doi.org/10.1136/bmj.322.7287.668

7. Lundqvist M, Alwin J, Henriksson M, Husberg M, Carlsson P, Ekdahl AW. Cost-effectiveness of comprehensive geriatric assessment at an ambulatory geriatric unit based on the AGe-FIT trial. BMC Geriatr. 2018;18(1):32. doi.org/10.1186/s12877-017-0703-1

8. Nord M, Lyth J, Marcusson J, Alwin J. Cost-Effectiveness of Comprehensive Geriatric Assessment Adapted to Primary Care. J Am Med Dir Assoc. 2022;23(12):2003-9. doi.org/10.1016/j.jamda.2022.04.007

TEAM DEI COORDINATORI PRINCIPALI (in ordine alfabetico):

Rui Buzaco Family Unit, Clínica CUF Estádio José de Alvalade, Lisbon, Portugal **Monserrat Conde** Nuffield Department of Primary Care Health Sciences, University of Oxford; Cochrane Global Ageing, UK **Sofia Duque** Internal Medicine Department, Hospital Cuf Descobertas, Lisboa; Nova Medical School, Lisboa. Portugal **Anne Wissendorff Ekdahl** Department of Clinical Sciences, Helsingborg Hospital, Faculty of Medicine, Lund University, Lund, Sweden **Meltem Koca** Department of Geriatric Medicine, Etlik City Hospital, Ankara, Türkiye **Marina Kotsani** Hellenic Society for the Study and Research of Ageing, Athens, Greece **Serdar Ozkok** Department of Internal Medicine, Division of Geriatrics, Istanbul University, Istanbul, Türkiye **Karolina Piotrowicz** Department of Internal Medicine and Gerontology, Jagiellonian University Medical College, Kraków, Poland **Maria Tampaki** Athens Chest Hospital 'Sotiria' and National and Kapodistrian University of Athens, Greece.

GRUPPO DI LAVORO TASK & FINISH:
In aggiunta ai coordinatori principali (in ordine alfabetico)

Athanase Benetos University of Nancy, INSERM u1116, Nancy, France **Nenad Bogdanovic** Karolinska Institutet, Stockholm, Sweden **Sylvie Bonin-Guillaume** Aix Marseille University, University hospital of Marseille, France **Tahir Masud** Nottingham University Hospitals NHS Trust, UK **Ian Perera** Department of Internal Medicine and Gerontology, Jagiellonian University Medical College, Kraków, Poland (proofreading) **Mirko Petrovic** Ghent University, Ghent, Belgium **Maria Cristina Polidori** University Hospital of Cologne,Germany **Roman Romero-Ortuno** Trinity College Dublin, Ireland. **Tamar Yellon** Hebrew University of Jerusalem, Israel.

GRUPPO DI TRADUZIONE:
Valentina Bubba, Carmelinda Ruggiero, Luca Soraci e Ilaria Giovanna Macchione.

REFERENTE:
Luca Soraci L.SORACI@inrca.it e Carmelinda Ruggiero carmelinda.ruggiero@unipg.it

EDUCATORI SANITARI PROFESSIONISTI SANITARI DECISORI POLITICI SANITARI

cost EUROPEAN COOPERATION IN SCIENCE & TECHNOLOGY
Funded by the European Union
EuGMS European Geriatric Medicine Society
Fostering geriatric medicine across Europe