



Milano, 9 maggio 2020 - Quali sono le strategie di resistenza, gli elementi positivi che impattano sulla qualità della vita e quelli che fanno paura durante l'epidemia e la quarantena? Queste sono le domande poste a 515 over65 di tutte le province lombarde fatte nell'ambito di un progetto di ricerca coordinato dalla Fondazione IRCCS Besta in collaborazione con AUSER Regionale Lombardia, con l'associazione Nestore ed altre associazioni di anziani e pensionati.

“Sì
è tanto parlato di anziani nelle prime fasi dell'epidemia - dice la dott.ssa Matilde Leonardi, Direttore U.O.C. Neurologia, Salute Pubblica e Disabilità della Fondazione IRCCS Istituto Neurologico Carlo Besta e coordinatore della ricerca - e purtroppo si è raccontato il lato tragico che il Covid-19 ha provocato, causando tantissime morti proprio in questa fascia di popolazione considerata molto vulnerabile”.



Dott.ssa Matilde Leonardi

C'è

un altro aspetto riguardo valeva la pena di indagare, ed è come vivono i tempi del Covid-19 gli over 65, quali strategie di resistenza sono state messe in atto durante la quarantena e dall'inizio della epidemia e cosa impatta sulla qualità di vita. Da questo nasce la collaborazione per il progetto con AUSER e NESTORE associazioni storiche, ben radicate sul territorio, che hanno fornito servizi di supporto e volontari che hanno contribuito alla distribuzione dei questionari del progetto "Vivere ai tempi del Coronavirus" insieme ai ricercatori dell'Istituto Besta. In totale hanno collaborato molti volontari della telefonia sociale Auser, 14 psicologi, e diversi volontari della associazione Nestore.

Dati sociodemografici del campione

Sono state arruolate 515 persone (56% donne), di età media 75 anni (range 65-91 anni) e con scolarità media superiore (38%) tra il 16 Marzo e il 17 Aprile 2020. I partecipanti provengono da tutte le province lombarde: la maggior parte (54%) proviene da Milano; 12% da Varese; 5% da Mantova; 5% da Cremona; 5% da Bergamo; 5% da Monza-Brianza; 3% da Brescia; 3% da Lecco; 3% da Pavia; 2% da Sondrio; 1% da Lodi e 1% da Como. Il campione è composto principalmente da pensionati (92%); la maggioranza ha dichiarato di vivere con qualcuno (76%), riporta patologie pregresse in anamnesi (56%) e il 40% ha dichiarato di conoscere persone che hanno contratto il Covid-19.



La percezione del rischio legata a Covid-19

Complessivamente, i risultati indicano come essa risulti più bassa rispetto al rischio percepito in merito ad altre possibili minacce, quali cancro e influenza. Questo dato potrebbe testimoniare come il lockdown sia stato vissuto dagli over-65 intervistati come una situazione protettiva rispetto al Covid-19, infatti la maggior parte degli intervistati si è dimostrata estremamente prudente adottando una serie di azioni utili a prevenire e limitare la diffusione del contagio già a partire dal 20 febbraio quando ancora alcuni comportamenti non erano imposti dalle restrizioni governative. La maggior parte dei partecipanti ha dichiarato di essersi lavata più frequentemente le mani (97%), aver evitato assembramenti (97%) e aver evitato aree infette (95%) a partire già dal 20 di febbraio.

Capacità e strategie di resistenza

Per meglio comprendere gli elementi che hanno avuto un impatto sulla capacità di resistenza alla situazione di emergenza, sono state indagate le fonti di informazioni maggiormente utilizzate ed è emerso come il campione si sia informato principalmente tramite la televisione (95%) e internet (76%), mentre in misura minore le informazioni sono state reperite da riviste (11%) e personale sanitario (18%).

Il

campione mostra di aver messo in atto strategie di resistenza mirate all'accettazione della situazione piuttosto che strategie mirate ad un cambiamento pro-attivo della situazione. Ad esempio, la maggior parte dei partecipanti ha dichiarato di aver preso atto della situazione e di aver tentato di distrarsi con altri pensieri, in modo da non pensare continuamente

alla situazione di emergenza.

Questo

risultato risulta compatibile con la situazione di isolamento ed emergenza nella quale risulterebbe molto difficile adottare strategie che possano elicitarne un cambiamento attivo della situazione di emergenza.

Impatto della conoscenza di persone infette da coronavirus su percezione del rischio e resistenza

I risultati mostrano come sia la percezione del rischio legato a Covid-19 sia l'utilizzo di strategie di resistenza mirate all'accettazione siano significativamente maggiori in chi riporta di avere connessioni con persone affette da Coronavirus (oltre il 40% del campione ha un conoscente affetto) rispetto a chi riporta di non conoscere persone che abbiano contratto il Covid-19.

Qualità della vita

Particolarmente informativo è il dato relativo alla percezione della qualità di vita. La maggior parte degli intervistati ha riportato un'elevata soddisfazione rispetto alla propria condizione abitativa (90%), economica (78%) e relazionale (76%). È necessario sottolineare la particolarità del campione intervistato: l'elevato livello di scolarizzazione, l'accesso alle risorse in rete e alla rete sociale, il contesto regionale e la copertura economica garantita dalla pensione fanno in modo che emergano degli aspetti positivi nel fronteggiare la situazione di emergenza. Ciò che però emerge in maniera chiara e che determina una buona percezione della qualità di vita è l'importanza dell'essere in relazione, ruolo essenziale degli amici e delle associazioni durante la quarantena.. e oltre.

Il

livello percepito di qualità di vita è maggiore in chi è parte attiva delle associazioni e vive con qualcuno rispetto a chi afferisce ad associazioni senza esserne parte attiva e vive da solo. Questo risultato testimonia come il contesto relazionale sia di particolare importanza per il benessere percepito e come essere in rete, avere delle relazioni (non solo della famiglia) giochi un ruolo molto rilevante per tutto il nostro campione.

Questi risultati sono stati presentati durante un webinar con esperti, ricercatori e associazioni. I risultati dello studio saranno presentati durante convegni scientifici e pubblicati in riviste scientifiche. La proprietà dei dati relativi allo studio, alla sua esecuzione e ai suoi risultati appartiene alla Fondazione IRCCS Istituto Neurologico Carlo Besta, fermo restando quanto disposto dalle norme vigenti relative alla

pubblicazione dei dati.

Coordinatore del

progetto: UOC Neurologia, Salute Pubblica, Disabilità - Fondazione IRCCS

Istituto Neurologico Carlo Besta, Milano con il team della dott.ssa Matilde

Leonardi composto dai ricercatori Francesca Giulia Magnani, Claudia Toppo,

Erika Guastafierro. In collaborazione con: AUSER Regionale Lombardia con il

team formato da Ersilia Brambilla, Rosa Romano, Rino Campioni, Carla Facchini

(consulente AUSER e volontaria associazione Nestore)