

## Mobilità nell'anzianità: la posizione di Pro Senectute

Nella nostra società, mobilità e autonomia sono due concetti indissolubilmente legati, di cui l'uno è la premessa dell'altro. Quindi, senza tema ombra di dubbio, la mobilità è la chiave per vivere indipendenti anche nell'anzianità. La mobilità, che la si intenda con l'auto, con i mezzi pubblici, sotto forma di traffico lento e a piedi, consente agli anziani di sbrigare le faccende quotidiane senza dover chiedere aiuto, coltivare contatti e partecipare alla vita sociale.

La perdita progressiva della mobilità apre la porta, in men che non si dica, a una fase della vita in cui le persone anziane – sempre che abitino ancora a propria casa – necessitano di aiuto nel tran tran di tutti i giorni. Coloro che la perdono del tutto possono continuare a vivere tra le proprie quattro mura solo se assistiti 24 ore su 24. Spesso, in questa fase, si rivela assolutamente necessario il trasferimento in un istituto per anziani con degenza stazionaria. Poiché oggi la maggior parte dei senior desidera trascorrere la vecchiaia nella propria abitazione, la conservazione della mobilità rappresenta per Pro Senectute una questione di primaria importanza.

### La mobilità è la premessa per invecchiare in completa autonomia

#### 1 Guidare l'auto nella terza età

##### Visita medica di controllo: un'opportunità per fare prevenzione

Attualmente, a partire dai 70 anni vige l'obbligo di sottoporsi ogni due anni a un esame di idoneità alla guida. L'8 giugno 2016, sulle orme del Consiglio nazionale, anche il Consiglio degli Stati ha approvato l'iniziativa parlamentare Reimann che chiedeva di innalzare a 75 anni l'età per la visita medica di controllo periodica agli anziani. Tale modifica entrerà in vigore non prima del 2018.

Pro Senectute non ha dubbi riguardo al fatto che i limiti di età stabiliti dalla politica sono di per sé arbitrari e si discostano fortemente, nel singolo caso, dall'effettiva idoneità alla guida. Infatti, la capacità di condurre un'auto nella terza età dipende da fattori estremamente individuali: facoltà visiva, reattività, stato di salute generale, ecc.

Di fronte al cambiamento delle condizioni del traffico e della viabilità, consideriamo comunque il controllo – a 70 o 75 anni – come un'opportunità per fare prevenzione. Oggi circolano sulle strade svizzere sempre più anziani ben oltre l'età del pensionamento. Allo stesso tempo, sono aumentate sia la densità del traffico che le sollecitazioni che esso impone. I controlli periodici sono un'occasione per proporre alle persone anziane iniziative su base volontaria come corsi di guida oppure, in caso di calo dell'idoneità alla guida, permettere di rilasciare licenze di condurre con restrizioni (ad es. licenza di condurre «light» per determinate zone, divieto di circolare durante le ore notturne, sulle autostrade, ecc.).

##### Anziani al volante: un rischio per la sicurezza?

Secondo quanto riportato dai media, si ha l'impressione che gli anziani provochino incidenti più frequentemente rispetto agli utenti della strada più giovani. Ma se guardiamo meglio le statistiche, questa teoria è presto confutata: solo il 10,2 per cento degli incidenti mortali occorsi nella circolazione stradale è imputabile agli over 70. Gli anziani, infatti, non guidano quasi mai in stato di ebbrezza, oltrepassano

raramente i limiti di velocità e utilizzano molto spesso la cintura di sicurezza. Il loro tallone d'Achille è rappresentato dalle svolte agli incroci o alle rotonde in situazioni complesse e dalle manovre di parcheggio.<sup>1</sup>

Poiché la popolazione svizzera invecchia e in futuro sempre più anziani circoleranno sulle nostre strade, il Consiglio federale ha deciso di concedere alle autorità di immatricolazione un margine d'azione più ampio. Dal 1° luglio 2016 è possibile rilasciare licenze di condurre con restrizioni. Le autorità competenti possono vincolarne il rilascio al divieto di guida notturna o in autostrada oppure limitare l'autorizzazione all'uso di veicoli muniti di impianti speciali (ad es. assistente di frenata, cambio automatico) o, ancora, a spostamenti all'interno di una determinata zona o lungo un determinato percorso (borgo - paese).<sup>2</sup>

Pro Senectute ritiene questa regolamentazione adeguata, in quanto consente di non fare di tutta a tutti l'erba un fascio. Il requisito fondamentale è un livello di qualità omogeneo degli esami condotti da medici e specialisti. Anche in questo caso, la visita medica dev'essere considerata un'occasione di sensibilizzazione sulla tematica.

## 2 Viaggiare sicuri

### Prevenzione degli incidenti e responsabilità personale

La sicurezza in viaggio è una condizione che riguarda molti ambiti della vita: oltre a rafforzare la prevenzione degli incidenti nell'ambito dei mezzi motorizzati, del traffico lento e dei pedoni, Pro Senectute fa appello alla responsabilità personale degli anziani.

L'Ufficio prevenzione infortuni upi (bfu) ha analizzato nel dossier «La sicurezza degli utenti della strada più anziani»<sup>3</sup> le cause di incidente più frequenti nella terza età. Dallo studio emerge che le persone anziane sono particolarmente esposte ai pericoli della strada sia in qualità di conducenti che come pedoni, per via della loro elevata vulnerabilità fisica. Gli over 75 rappresentano la metà di tutti i pedoni che perdono la vita in seguito a incidenti. Pro Senectute accoglie quindi senza ombra di dubbio le misure proposte dall'upi in materia di prevenzione degli incidenti per i pedoni «senior».

Molti anziani tengono già conto dell'aspetto relativo alla responsabilità personale nel proprio comportamento di guida, ad es. evitando di circolare nelle ore di punta, di notte, in condizioni di oscurità o di pioggia. Pro Senectute fa appello al buon senso di ogni cittadino. La questione dell'idoneità alla guida riguarda tutte le persone coinvolte nel traffico, che si tratti di un anziano o di un suo familiare. In tal senso, possono essere d'aiuto un colloquio con conoscenti e parenti o con il medico di famiglia, prove di guida con feedback neutro o corsi di guida con l'auto o la bici/e-bike, offerti anche da Pro Senectute.

Anche camminare sicuri sulle proprie gambe è un elemento importante nella prevenzione degli incidenti. Allenando regolarmente la forza e l'equilibrio è possibile ridurre notevolmente il rischio di caduta. Pro Senectute spinge gli anziani a praticare movimento in gruppo, partecipa a campagne di sensibilizzazione e forma ogni anno oltre 300 monitori di sport per adulti.

Per promuovere la responsabilità personale e ridurre il rischio di incidenti, Pro Senectute propone:

- A) corsi di guida volontari per auto, bici e e-bike, in collaborazione con diversi partner:
  - Auto: refresh delle nozioni di teoria e lezioni di pratica al volante della propria vettura
  - Bici: corsi di sicurezza per ciclisti
  - E-bike: corsi per principianti

B) Corsi per il mantenimento della mobilità e della muscolatura, si veda [www.camminaresicuri.ch](http://www.camminaresicuri.ch)

---

<sup>1</sup> Link upi: a) [Anziani al volante](#), b) [Anziani nella circolazione stradale](#)

<sup>2</sup> <https://www.admin.ch/gov/it/pagina-iniziale/documentazione/comunicati-stampa/msg-id-57935.html>

<sup>3</sup> <http://www.bfu.ch/it/lupi/comunicazione/media/circolazione-stradale/pedoni/anziani-nella-circolazione-stradale/anziani-esposti-ai-pericoli-della-strada-soprattutto-come-pedoni>

### 3 Gli anziani e i mezzi di trasporto pubblici

#### Le nuove tecnologie aprono strade nuove

Pro Senectute è convinta che Internet sarà in futuro una delle risorse fondamentali a disposizione degli anziani per conservare la propria indipendenza. Sentiamo che è nostro compito sostenerli nella scoperta e nell'apprendimento delle nuove tecnologie, nell'ambito della mobilità, della prevenzione o della semplice consultazione di informazioni.

Che non si possieda più la licenza di condurre o si utilizzi il treno solo per i tragitti particolarmente lunghi, i mezzi di trasporto pubblici rivestono un ruolo importante anche nella vita postlavorativa e con l'avanzare dell'età diventano una presenza fondamentale nella vita di tutti i giorni. Poiché la digitalizzazione fa progressi anche in questo settore della vita pubblica, Pro Senectute conduce progetti di ricerca in ambito «digital senior» e ha messo a punto formazioni specifiche per anziani: ad es. corsi per l'utilizzo dei distributori automatici touchscreen del trasporto pubblico oppure l'acquisto di biglietti elettronici e la consultazione dell'orario online tramite dispositivi mobili come smartphone, tablet o laptop.

### 4 Sostegno nelle situazioni in cui la mobilità è compromessa

#### Dai servizi di trasporto volontari al Tixi-Taxi

Durante la vecchiaia, le malattie o la fragilità possono ridurre la mobilità. Per potersi mantenere attivi, in particolare i grandi anziani hanno spesso bisogno di sostegno. Ecco quindi che entrano in gioco i servizi di trasporto. A tale proposito, Pro Senectute dispone di alcuni volontari che si prestano ad accompagnare gli anziani con mobilità limitata a tariffe convenienti. In alcuni Cantoni sono diffusi i «Tixi-Taxi» per il trasporto di persone su sedie a rotelle. Entrambi i servizi, però, non coprono l'intero territorio svizzero e, malgrado le tariffe ridotte, risultano comunque troppo onerosi per coloro che necessitano di prestazioni complementari. Di conseguenza, per via della mobilità limitata e del budget ridotto, le persone anziane tendono a isolarsi rischiando di rimanere sempre più sole.

#### Aiuti nella vita quotidiana: sono sostegni importanti che però richiedono finanziamenti privati

In Svizzera, anche i grandi anziani vivono per la maggior parte ancora a casa propria. Se la loro mobilità viene meno, i familiari o i servizi di assistenza possono intervenire in loro aiuto; Pro Senectute lo fa ad esempio con il servizio pasti a domicilio e il servizio visite a domicilio, entrambi pensati per prevenire la denutrizione o l'isolamento sociale. I costi possono essere fatturati attraverso la cassa malati solo in presenza di un'indicazione medica, ad es. durante una fase di riabilitazione a seguito di un ricovero ospedaliero. Altrimenti, a doverli sostenere è direttamente la persona beneficiaria dei servizi, che in alternativa deve rivolgersi a familiari o volontari che offrono il proprio impegno a titolo gratuito.

### 5 Come garantiamo in futuro la mobilità nell'anzianità?

In qualità di organizzazione al servizio degli anziani, riteniamo che la questione del come garantire in futuro la mobilità degli anziani e dei grandi anziani abbia finora trovato risposte solo marginali. Per quanto concerne la tematica degli anziani al volante occorre conciliare meglio il bisogno di mobilità e autonomia di queste persone con l'esigenza di sicurezza del traffico della società.

Le soluzioni disponibili, nel momento in cui gli anziani riconsegnano la licenza di condurre, non sono ancora soddisfacenti. I servizi di trasporto esistenti, come il Tixi-Taxi, non sono né garantiti a livello nazionale né prevedono tariffe omogenee e convenienti. Anche i servizi proposti nell'ambito degli aiuti nella quotidianità presentano lacune e vanno riesaminati anche dal punto di vista del finanziamento.