



Roma, 7 agosto 2024 - In occasione dell'esodo agostano che sta coinvolgendo e coinvolgerà migliaia di famiglie, la Fondazione Policlinico Universitario Campus Bio-Medico di Roma ha raccolto alcuni semplici consigli in riferimento alle necessità di cura e continuità di assistenza delle persone più fragili, anziane o non-autosufficienti, esposte ai maggiori rischi legati alla solitudine, alle temperature elevate, al cambiamento dei propri caregivers di riferimento.

In particolare, sottolinea il prof. Claudio Pedone, direttore della Geriatria della Fondazione Policlinico Universitario Campus Bio-Medico di Roma: "In una società che cambia e pone sempre più sfide alla cura e all'assistenza delle persone fragili, occorre tenere in considerazione le necessità e i tempi di adattamento degli anziani e delle persone non-autosufficienti, che, sempre più spesso, in occasioni come l'esodo estivo e lo svuotamento delle città metropolitane, si trovano ad affrontare la solitudine, interruzioni o cambiamenti nei propri percorsi di assistenza. Ad esempio, se si rende necessaria la sostituzione temporanea di un caregiver durante il periodo di vacanze, sarebbe importante cercare di favorire una transizione meno traumatica possibile, ad esempio organizzando, se possibile, incontri preliminari".

Proprio nella Capitale, il rapporto tra anziani (over 65) e giovani (under 15) continua ad aumentare: secondo le ultime rilevazioni sugli indicatori demografici della popolazione residente, l'indice di vecchiaia avrebbe raggiunto il 189% nel 2023, mentre sarebbero circa 25mila i caregivers operativi nella regione secondo i dati diffusi dalla Regione Lazio.

Prosegue il prof. Pedone: "È fondamentale favorire, dove possibile, la partecipazione degli anziani ad attività ricreative e sociali in modo da mantenere la mente attiva e stimolata. Ma anche in casa è possibile tenersi in esercizio: attraverso lettura e ascolto della musica ma anche grazie, quando possibile, a giochi cognitivi - esempio cruciverba o carte da gioco - attività di giardinaggio, orto, cucina e faccende domestiche".