


MEDICINA

GERONTOLOGIA

VALENTINA ARCOVIO

Sarà perchè sono più istruiti o perché più bravi a smanettare con smartphone e tablet, ma di fatto gli anziani di oggi sono più intelligenti di quanto lo fossero in passato. Peccato che non si possa dire la stessa cosa della forma fisica, attualmente in declino.

A scattare una foto dettagliata degli anziani sono stati due studi separati condotti su cittadini britannici e tedeschi con un'età tra i 50 e i 90 anni. La prima ricerca, condotta dall'International Institute for Applied Systems Analysis (Iiasa) di Lussemburgo, ha analizzato i dati provenienti da indagini rappresentative di uomini e donne che hanno vissuto in Germania nel 2006 e nel 2012: gli elementi comprendono i risultati delle prove di velocità di elaborazione cognitiva, la forma fisica e la salute men-

Più intelligenti, ma meno sani

Ecco la foto degli anziani di oggi

“I motivi di una condizione paradossale”



tale. I risultati, pubblicati su «Plos One», hanno dimostrato che gli «over 50» sono effettivamente più svegli. In particolare i punteggi dei test cognitivi sono risultati più elevati nel corso di sei anni. Al contrario

le funzioni fisiche sono risultate in declino, soprattutto per gli uomini con un basso livello di istruzione.

«In media i risultati dei test cognitivi degli ultracinquantenni di oggi corrispondono a

quelli delle persone di quattro-otto anni più giovani e testate sei anni prima», spiega la ricercatrice italiana dell'Iiasa, Valeria Bordone. Forma fisica e salute mentale, invece, sono peggiorate. Secondo gli esperti, questi due risultati opposti sono attribuibili a uno stile di vita profondamente cambiato. «La quotidianità è diventata cognitivamente più esigente, con un uso crescente della comunicazione e delle tecnologie dell'informazione», sottolinea Nadia Steiber, una delle autrici dello studio. «Le persone, inoltre, sono impegnate più a lungo in lavori intellettualmente coinvolgenti. Allo stesso tempo - continua - assistiamo a un calo dell'attività fisica e a un aumento dell'obesità».

Il secondo studio, sempre con-

dotto dai ricercatori dell'Iiasa, ma pubblicato sulla rivista «Intelligence», suggerisce che gli anziani sono diventati più intelligenti anche nel Regno Unito. E ora gli studiosi sottolineano che ulteriori conferme arriveranno da ricerche in altri Paesi. Entrambi gli studi, confermano quindi quello che i ricercatori chiamano «effetto Flynn», secondo il quale il quoziente intellettivo aumenta di generazione in generazione.

L'aumento della scolarizzazione può però solo offrire una spiegazione parziale del fenomeno. Nel secondo studio, in particolare, si evince che l'«effetto Flynn» permane, specialmente dopo i 50 anni, a prescindere dall'istruzione. Da qui l'ipotesi che l'high tech, come smartphone e tablet, abbiano un ruolo-chiave. Lungi quindi dal demonizzare le tecnologie digitali, spesso accusate di «annichilire» la mente, i ricer-

catori sono convinti che stimolino chi le utilizza. Basta pensare che, mediamente, una persona ha ora bisogno di ricordare una decina di password al giorno: da quelle per accedere al pc in ufficio a quella dell'Internet banking fino a quelle per gli acquisti online. «Per la prima volta abbiamo mostrato che i cambiamenti in termini di istruzione della popolazione anziana spieghino solo in parte l'«effetto Flynn», dice Bordone.

Valeria Bordone

Demografa

RUOLO: È RICERCATRICE ALL'INTERNATIONAL INSTITUTE FOR APPLIED SYSTEMS ANALYSIS (IIASA)

Ma ci può essere dell'altro: lo scorso anno uno studio della University of Aberdeen aveva scoperto che anche l'alimentazione gioca un ruolo nel miglioramento dell'intelligenza. Analizzando un gruppo di bambini cresciuti dopo la Seconda Guerra Mondiale, si è osservato che risultano più «smart» di quelli nati 15 anni prima. La spiegazione è che i primi hanno seguito diete più sane.