

32 | **personaggi**

INVECCHIARE IN SALUTE

Letizia Saturni ha presentato il progetto intitolato **Aging People in Action for Better Life**



di Giovanni Filosa

Problemi di linea ce l'hanno in molti, in questo mondo di Nutella e di Cheese burger. Fra l'altro, ogni tanto mi capita di frequentare i suddetti prodotti e mi ci trovo bene. Ma non sempre la "linea" è il problema, ora che ci si avvicina non solo all'estate, bontà sua, ma ad un innalzamento dell'età, nel senso che si diventa "vecchi" più tardi. Allora ci sono gli studiosi, che non se la menano tanto e ti fanno capire che è importante mangiare bene, muoversi e stare in attività, fare tutto "comme il faut" per poter, alla fine, invecchiare in salute ed attivi. Recentemente, presso la sala degli Atti Parlamentari nella Biblioteca Spadolini, a Roma, la dottoressa Letizia Saturni specialista in Scienza dell'Alimentazione e membro del Comitato Scientifico del Dr. SchärInstitute, socia F.I.D.A.P.A. BPW-ITALY e da qualche mese membro dell'Health Committee BPW-International, ha presentato un progetto a carattere internazionale, intitolato Aging People in Action for Better Life (Invecchiamento Attivo ed in Salute). L'evento, patrocinato dal Senato della Repubblica Italiana, è stato presieduto dalla Senatrice Dorina Bianchi, membro della 11ª Commissione Permanente, con la partecipazione della Presidente Nazionale F.I.D.A.P.A. BPW-ITALY, Eufemia Ippolito, insieme a Luisa Monini, Responsabile Commissione Igiene e Sanità F.I.D.A.P.A. BPW-ITALY e Health Standing Committee Chairperson - BPW International, oltre a Rossella Poce, presidente del Distretto Centro F.I.D.A.P.A. BPW-ITALY ed Alessandra Corradini, presidente Sezione Jesi F.I.D.A.P.A. BPW-ITALY.

Dati demografici mondiali, europei e nazionali dimostrano che la popolazione in genere sta invecchiando ma, di nuovo, c'è un'accelerazione del fenomeno, che non ha precedenti nella storia dell'umanità. L'Italia è il Paese più anziano dopo la Germania. Si calcola che nel 2025 ci saranno circa 1,2 miliardi di persone con più di 60 anni e 2 miliardi nel 2050. «In tale contesto - l'ha detto la senatrice Bianchi - diventa fondamentale che le Istituzioni e le Organizzazioni si sensibilizzino e concretizzino azioni volte a supportare un invecchiamento in salute ed attivo».

Tale concetto ha trovato, poi, ulteriore conferma sia nelle parole della Ippolito che della Monini, che hanno ricordato come sia l'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS) che l'Unione Europea hanno scelto per il 2012 il tema dell'invecchiamento attivo e in salute. Lo scopo è quello non più di soddisfare i *bisogni*, ma piuttosto di porre l'accento sui *diritti*, sulle *risorse* della persona anziana e sulla sua *concreta ed attiva partecipazione* alla vita comuni-

LETIZIA SATURNI

È nata e vive a Jesi. Si è laureata all'Università degli Studi di Perugia in Scienze Biologiche e dopo aver conseguito il titolo di Dottore di Ricerca in Biochimica e Biofisica, ha iniziato la sua formazione nell'area della Nutrizione e Salute. Si è specializzata presso la Scuola di Specializzazione dell'Università Politecnica delle Marche e recentemente ha concluso brillantemente il Master Universitario di 2° livello su «*La celiachia: dalla clinica al management*».

La sua attività di ricerca è dedicata principalmente alla celiachia e agli aspetti nutrizionali della Dieta Gluten Free e si è concretizzata in numerose pubblicazioni su riviste nazionali ed internazionali e libri. Svolge attività didattica sia in presenza che *on-line* presso il Master Internazionale di 2° livello di Dietetica e Nutrizione. Ultima fatica la stesura del libro edito da **Pensiero Scientifico** Editore dal titolo *Celiachia e Dieta Mediterranea senza glutine*.

taria. L'anno 2012 è stato inoltre dichiarato l'Anno Europeo dell'Invecchiamento Attivo e della Solidarietà fra le Generazioni.

Queste le premesse, dottoressa Saturni: come si possono scardinare i luoghi comuni sull'anzianità? Le confesso, recentemente ci penso sempre più spesso...

«In linea con il tema dell'invecchiamento attivo ed in salute ho elaborato il progetto AgingPeople in Action for Better Life. Un progetto che vuole informare, sensibilizzare, educare e formare una mentalità comune nuova, che abbatta alcuni luoghi comuni sull'invecchiamento. Finora ci si è soffermati troppo solo sulle trasformazioni biologiche legate all'avanzare degli anni. Ora bisogna pensare al diversamente giovane (ottimo eufemismo, dottoressa, tanto l'età resta sempre quella...), anche nei suoi aspetti psicologici e soprattutto sociologici. In quest'ottica il diversamente giovane ha un'importanza socio-culturale rilevante grazie al suo bagaglio di esperienza e competenze preziose, che costituiscono il capitale sociale e relazionale, fondamentale per la Solidarietà tra le Generazioni».

Ci presenti il logo del progetto, che sembra abbia un certo appeal...

«Il logo è stato studiato "ad hoc" insieme a due carissime amiche argentine, Mariana e Paula. È un logo che, mi pare, racchiuda i messaggi chiave del progetto stesso. La bicromia, i volti, i meccanismi cerebrali e... due lettere, "lg", che sono caratteri peculiari dello stesso. Il blu che si stempera nel giallo vuole trasmettere un messaggio chiaro ed inequivocabile: il perfetto connubio tra pace e fratellanza (blu) si inserisce con dolce determinazione nell'azione e nella ricerca del nuovo (giallo). L'Uomo, nella sua diversità di genere, è l'elemento essenziale della società e fin dal primo impatto con il logo sono evidenti due caratteristiche. La donna e l'uomo sono "diversamente giovani" e "sorridenti", cioè sono due soggetti diversi ma accomunati dal momento peculiare della loro vita, la senescenza, e dal sorriso della salute (del benessere psico-fisico). I tratti essenziali e ben marcati che delimitano i volti vogliono rilevare come, con l'avanzare degli anni, il soggetto non deve perdere d'importanza sfocandosi o stemperandosi in una società super-efficiente. Anzi, è vero il contrario, il soggetto anziano in salute (sorridente) è un'entità ben definita con diritti e risorse quali solidarietà e cooperazione tra generazioni. I meccanismi cerebrali infine, dominano la parte superiore del logo e vogliono ben evidenziare l'importanza dell'invecchiamento attivo, che non si riferisce solo all'essere fisicamente efficienti ma soprattutto al continuare a partecipare alla vita economica, culturale e civica della comunità».

Dottoressa Saturni, andando dentro al logo, sembra proprio, anche ad un miope come me, di vedere due lettere, la "L" e la "G". Dica la verità...

«Credo che solo i più attenti osservatori (come lei...) abbiamo intravisto due lettere "lg", che per me hanno un significato tutto particolare ma... dai, diciamo che sono le iniziali di Linee Guida, cioè il prodotto finale del progetto che scaturirà dall'International Consensus Conference e dal convegno conclusivo dei lavori».

Dopo l'intervista, un moto di sorpresa mi ha riportato alla realtà degli anni che passano, anche se certi progetti rendono ottimisti. Non come quando, andato in pensione, mi sono visto recapitare, da alcuni colleghi, il ciceroniano "De senectute", forse un regalo dal significato leggermente criptico.

O no?! È una donna di carattere, la sua chiacchierata a macchinetta si scioglie quando ricorda ancora una volta quello che disse Rita Levi Montalcini: *Rare sono le persone che usano la mente... poche coloro che usano il cuore e... uniche coloro che usano entrambi.*

Alla fine della chiacchierata, la dottoressa Saturni ci ha rivelato che la senatrice Dorina Bianchi ha preso due impegni importanti. Il primo, presentare una mozione parlamentare al governo italiano e al Parlamento europeo, cioè un documento legale ufficiale in cui la senatrice, congiuntamente alla F.I.D.A.P.A. BPW-ITALY, chiede il pieno coinvolgimento e supporto del progetto e di tutte le azioni previste dallo stesso. Il secondo impegno riguarda, invece, la volontà di sollecitare il passaggio su Pubblicità&Progresso del cortometraggio, uno dei prodotti previsti dal progetto stesso. Grazie alla Saturni, F.I.D.A.P.A. BPW-ITALY può mettere un altro fiore all'occhiello!



>> Logo del progetto *Aging People in Action for Better Life*