



ILLUSTRAZIONE DI SMARTBOY/GETTYIMAGES

di IRMA D'ARIA

## Longevità, un viaggio con tanti itinerari

Vivere a lungo è un obiettivo da costruire attraverso un equilibrio di fattori personali e collettivi. Se ne parla a Milano dal 28 maggio

Con oltre 22.500 centenari, l'Italia è tra i Paesi più longevi al mondo. Che sia merito della nostra dieta mediterranea o della genetica, non si tratta di una tendenza passeggera: è una trasformazione strutturale, una nuova normalità che chiama in causa istituzioni, famiglie e intere comunità tanto che oggi non si parla quasi più di anzianità ma, appunto, di longevità: qual è la differenza? «Una società che invecchia», risponde Nic Palmerini, direttore del National Innovation Center for Ageing del Regno Unito (Nica), «si concentra sui cambiamenti nella struttura per età della popolazione, mentre una società della longevità cerca di sfruttare i vantaggi di una vita più lunga cambiando le modalità di invecchiamento. Non si tratta solo di vivere più a lungo, ma di vivere meglio. È una sfida sociale, economica e culturale che richiede nuove politiche, nuove tecnologie e un nuovo sguardo sulle possibilità offerte da una vita che si allunga».

In un Paese dove la popolazione invecchia sempre più, capire come invecchiare - non solo quanto - è una priorità che riguarda tutti. La longevità non è un traguardo da tagliare: è un equilibrio da costruire, giorno dopo giorno puntando non soltanto ad allungare il tempo a disposizione ma a viverlo in buona salute. «Dobbiamo superare l'approccio medicale centrato sulla malattia e abbracciare una visione più ampia delle ragioni che influenzano la salute. Per dirla in un altro modo, dobbiamo passare dal modello di business della cura in cui siamo radicati a

quello della prevenzione», chiarisce Palmerini. «Questo significa agire su più livelli: comportamentale, ambientale, sociale. Ad esempio, un'alimentazione sana, l'attività fisica, la stimolazione cognitiva, il sonno regolare e la qualità delle relazioni sociali sono tutti pilastri della nostra longevità e, allo stesso modo, incredibili opportunità di innovazione. Ma serve anche un ecosistema che li favorisca».

È proprio questo lo spirito che ha guidato il primo Longevity Economic Forum di UniCredit che ha messo al centro del dibattito internazionale il tema della longevità sana, combinando finanza, scienza, tecnologia e impatto sociale. «Mentre l'Europa entra in una nuova fase demografica - dichiara Richard Burton, Head of Client Solutions, UniCredit - la longevità non è più solo una sfida da gestire, ma un cambiamento strutturale da abbracciare. Non riguarda solo individui e famiglie, ma anche istituzioni, mercati e il modo stesso in cui pensiamo alla crescita, all'inclusione e alla creazione di valore nel lungo termine».

L'UniCredit Longevity Forum è stato creato proprio come piattaforma per un dialogo su questi temi. «Riunendo leader di pensiero di discipline diverse», prosegue Burton, «puntiamo ad approfondire la comprensione di cosa significhi davvero la longevità e come trasformarla da cambiamento demografico in risorsa collettiva per individui, comunità ed economia nel suo complesso».

Resta una domanda aperta, ma molto concreta: che cosa può aiutare un quarantenne o un cinquantenne di oggi ad essere longevo domani? «A 30, 40 o 50 anni dobbiamo già iniziare a pensare alla nostra "traiettoria di salute"», risponde ancora Palmerini che è anche tra gli speaker del Longevity Forum di UniCredit. «Significa capire l'importanza dei nostri gesti quotidiani, ma anche del sapere riconoscere le disuguaglianze sociali che li influenzano. È sbagliato pensare che la responsabilità sia soltanto nostra, la società con le sue discriminazioni e la condizione economica sono componenti decisive che impattano il mangiare bene, il muoversi con consape-

volezza e serenità, il coltivare relazioni, il non trascurare il sonno o imparare cose nuove. È proprio per questo che il ruolo di attori come UniCredit è oltremodo cruciale: sensibilizzare, offrire strumenti concreti per la longevità finanziaria e la sostenibilità economica sono passi fondamentali».

Centrale anche quando si parla di longevità è il ruolo dell'Intelligenza artificiale grazie alla quale sarà possibile personalizzare prevenzione, diagnosi e stili di vita. «L'Intelligenza artificiale può aiutarci a comprendere le correlazioni complesse che si nascondono nelle decine di fattori - genetici, comportamentali, ambientali, sociali - che influenzano la nostra vita, dal prevedere i rischi, ad anticipare le conseguenze, a personalizzare percorsi di benessere fisico, mentale, economico. L'ia potrebbe diventare il catalizzatore per un salto evolutivo della nostra specie, trasformando la longevità da semplice aspirazione individuale a progetto collettivo che richiederà per definizione una nuova architettura etica e sociale».

© RIPRODUZIONE RISERVATA

### IL FORUM DI UNICREDIT

#### Ma non chiamatela anzianità Parola di premi Nobel e manager

L'età media si allunga. Ma siamo pronti a vivere davvero tutto questo tempo in più? La longevità sta cambiando le regole del gioco. Non è più una questione privata, ma un tema centrale per l'economia, la politica, il lavoro e la finanza. Per questo UniCredit lancia il primo Longevity Economic Forum, che si terrà a Milano il 28 maggio, nella cornice istituzionale di Palazzo Mezzanotte, sede di Borsa Italiana. Una giornata dedicata a uno dei temi più dirompenti del nostro tempo: come sostenere socialmente ed economicamente una popolazione che vive sempre più a lungo. Sul palco: due premi Nobel per l'Economia, Michael Spence e Robert C. Merton, insieme a figure chiave come Keith Metters (Fidelity), Nic Palmerini (Direttore del National Innovation Centre for Ageing, Regno Unito), Tito Boeri (Direttore del Dipartimento di Economia, Università Bocconi), Axel Börsch-Supan (Direttore emerito, Max Planck Institute), policy maker e top manager UniCredit. Durante l'evento verrà presentato l'UniCredit Longevity Index, frutto della collaborazione con Fidelity International e il National Innovation Centre for Ageing, insieme a una serie di osservatori che analizzano l'impatto dell'invecchiamento nei principali mercati europei. Si parlerà di tutto ciò che la longevità mette in discussione: sistemi previdenziali, investimenti, nuove esigenze abitative e sanitarie, il futuro del lavoro. Perché vivere più a lungo non basta: serve un ecosistema che permetta di vivere meglio. - I.D.A.



➊ Sul palco del primo Longevity Economic Forum a Milano il 28 maggio: dall'alto, i premi Nobel per l'Economia Michael Spence (in alto) e Robert C. Merton