

**L'INVECCHIAMENTO  
FISIOLOGICO:**

**COSA NE PENSA  
LA NOSTRA MENTE?**

ILARIA MACCALLI, PSICOLOGA

## **VECCHIÀIA S. F. [DER. DI VÈCCHIO]**

**L'età più avanzata nella vita dell'uomo, nella quale si ha un progressivo decadimento e indebolimento dell'organismo, con caratteri morfologici e organici proprî compresi anch'essi sotto il nome di *vecchiaia***

**SENECTUS IPSA EST MORBUS**  
LAT. «LA VECCHIAIA È PER SÉ STESSA  
UNA MALATTIA»

Nota sentenza dello scrittore latino P. Terenzio Afro, nell'a. IV, sc. 1<sup>a</sup> della commedia *Phormio* (160 a. C.); egli si riferiva spec. ai malanni fisici e alle privazioni che di solito si accompagnano alla senescenza.

# **DE SENECTUTE**

## **CICERONE, 44 A.C.**

**Ad ogni modo, il tutto ben considerato, trovo quattro motivi per cui sembra infelice questa età.**

**Il primo, perché distoglie l'uomo dagli affari;**

**L'altro, perché è accompagnata dalle fisiche infermità;**

**Il terzo, perché lo priva presso che d'ogni voluttà;**

**Finalmente, perché confina da vicino con la morte.**


**Esaminiamo dunque ad una ad una queste accuse per giudicarne la verità.**

# **IL PROCESSO DI INVECCHIAMENTO**


**Con il termine invecchiamento ci riferiamo, in genere, a modificazioni che avvengono nel corso della vita, col passare del tempo. In relazione agli altri termini della psicologia dello sviluppo (maturazione, sviluppo, accrescimento) ha tuttavia un significato, per alcuni versi, negativo:**

**il significato dei processi che intervengono dopo la maturità e che portano alla conclusione della vita**

**il processo di invecchiamento infatti va  
analizzato nella concreta relazione che  
sussiste tra individuo anziano (soggetto)  
e società (contesto socio-culturale ) in  
un determinato momento sia storico che  
personale (molte le differenze  
individuali).**



**In questo senso, ogni individuo matura un proprio modo di invecchiare che lo porta a mantenere o meno quell'autonomia ed autosufficienza che caratterizzano ogni soggetto adulto.**



***La vecchiaia è un aggiustamento continuo  
con cacciavite e chiave inglese***

Carlo Fruttero, scrittore

**Aggiustamento verso.....**





# Autosufficienza

# Autonomia



# **AUTOSUFFICIENZA**

**capacità di soddisfare i propri bisogni in modo  
opportuno ed adeguato :**

**cure igieniche e alimentari**

**fare la spesa**

**utilizzo di strumentazioni della pratica  
quotidiana**

**mantenimento e cura delle relazioni socio-  
affettive ed interpersonali**



# AUTONOMIA

capacità di scegliere liberamente e senza particolari condizionamenti ciò che favorisce il benessere personale, al di là della presenza di impedimenti di carattere fisico e\o psichico e psicologico:

una buona consapevolezza dei propri bisogni;

un sufficiente equilibrio interiore;

una buona visione di sé;

una buona gestione delle proprie difficoltà e paure,

una sufficiente strutturazione dei meccanismi di difesa

un contesto socio affettivo favorevole

**più che al processo di invecchiamento  
considerato astrattamente è  
opportuno ricorrere alle singole  
situazioni che un individuo si trova  
ad affrontare in una determinata  
fascia d'età , situazione ed eventi  
sotto descritti che possono  
provocare delle risonanze personali  
significative**

# SITUAZIONI CRITICHE

## **Pensionamento**

Cambio di ruolo, Tempo vuoto pieno ,Cambio di status

## **decadimento psicofisico**

funzionalità apparati, variabilità individuale, farmaci come rimedio

## **autopercezione**

nuove circostanze e modi sentirsi anziani, valore attribuito all'anziano

**qualità della vita** abitazione \ nucleo familiare


# **CARATTERISTICHE PERSONALI –**

**Adattamento alle modificazioni fisiche e psicologiche dell'età anziana;**

- Capacità di riorganizzare il proprio tempo libero in funzione del cambiamento di ruolo;**
- Capacità di rivolgere i propri interessi ad attività gratificanti ;**
- Creare una nuova rete di relazioni sociali in sintonia con la nuova condizione;**
- Ricostruirsi in nuovi ruoli gratificanti: nonno, consulente;**
- gestire con saggezza e coerenza le proprie scelte esistenziali.**

# **ATTENZIONE**

**processo mentale inteso come capacità di selezionare gli stimoli e di mettere in azione i meccanismi che provvedono ad immagazzinare le informazioni nei depositi di memoria a breve termine ed a lungo termine con influenza diretta nei compiti della vigilanza**



# **PROBLEMA DELL'ATTENZIONE DISTRIBUITA**

**Seguire due conversazioni simultanee(stesso canale impegnato);**

**o due azioni diverse(canali diversi).**

**Conseguenze**

**difficoltà dell'anziano a prestare att.ne a compiti simultanei;**

**anziano più facilmente distraibile e lento nel rispondere agli stimoli.**

**cause**

**deficit dei processi percettivo motori;**

**ridotta capacità funzionale del sistema centrale.**



# PERCEZIONE

processo mentale che, a partire dalle informazioni proveniente dagli organi di senso, permette la elaborazione e trasformazione di dette informazioni ai fini di una corretta interpretazione dei dati di realtà

## problematiche dell'età anziana

difficoltà sensoriali

difficoltà di elaborazione dei dati in entrata: -  
sensibilità alle illusioni ottiche interpretazione  
figure ambigue

# PROBLEMATICHE DELL'ETÀ ANZIANA

**difficoltà sensoriali**

**difficoltà di elaborazione dei dati in  
entrata: - sensibilità alle illusioni  
ottiche interpretazione figure  
ambigue**

# MEMORIA

processo mentale che consente di immagazzinare, rievocare e gestire (organizzare) i dati provenienti dal mondo esterno ed interno

**Perdita della memoria con l'invecchiamento?**

La memoria è un elemento di criticità nel processo di invecchiamento: rappresenta una parte debole dell'organismo, sottoposta al rischio di indebolimento.