



Favorire l'uso dei trasporti pubblici migliora la qualità della vita degli anziani?

Problema

L'isolamento sociale, la solitudine e la mancanza di relazioni sociali sono stati identificati dall'Organizzazione Mondiale della Sanità come fattori cruciali nel mettere a rischio il benessere mentale della popolazione in età avanzata.

Le persone anziane rappresentano una percentuale rilevante della popolazione e tale percentuale è destinata ad aumentare nel tempo: secondo uno studio dell'Organizzazione Mondiale della Sanità entro il 2050 gli adulti over 60 rappresenteranno il 22% della popolazione mondiale, andando per la prima volta a superare la percentuale di bambini di età inferiore ai 14 anni. Molte persone di età superiore ai 60 anni soffrono di disturbi cronici, come artriti e reumatismi, ipertensione, diabete, problemi di cuore e oltre il 40% di essi ha disabilità certificabili. Questo tipo di problemi fisici possono essere prevenuti o gestiti dai sistemi sanitari intervenendo prima, attraverso la modifica dei comportamenti che mettono a rischio la salute, e dopo, mediante cure cliniche e mediche.

Un aspetto altrettanto importante è il benessere mentale. In questo caso intervenire dopo, quando viene meno il benessere, risulta più difficile, ma in ottica di prevenzione esistono mezzi che vano oltre le politiche in ambito sanitario. Numerosi studi sull'invecchiamento hanno già evidenziato l'importanza delle relazioni e del contatto sociale per favorire la salute delle persone anziane e hanno identificato nella diminuzione della mobilità uno dei maggiori ostacoli. Non riuscire a spostarsi in modo autonomo, magari perché impossibilitati a guidare o per la non disponibilità di un mezzo proprio,

rappresenta un ostacolo al mantenimento dei propri contatti sociali, rende difficile o impossibile raggiungere i propri cari o svolgere attività lontano dal proprio domicilio. Questi sono tutti elementi che possono portare a situazioni di isolamento sociale, una condizione che è strettamente legata all'insorgenza di stati depressivi e un generale peggioramento del benessere mentale.

Soluzione

Mettere a disposizione delle persone oltre una certa età abbonamenti gratuiti ai mezzi pubblici può favorirne l'utilizzo, e ciò darebbe alle persone che non hanno altri mezzi per spostarsi un'ulteriore possibilità per uscire da condizioni di isolamento.

In Inghilterra oggi esistono diverse agevolazioni per l'utilizzo del trasporto pubblico dedicate agli anziani (e ai disabili), sia a livello locale che a livello più ampio, fino a quello nazionale. Queste agevolazioni, che si traducono spesso in sconti sulle tariffe e nell'emissione di abbonamenti a titolo gratuito, vengono generalmente offerte a persone in età pensionabile.

La politica al centro di questo studio è stata implementata a partire dal 2006 ed è molto semplice: nell'aprile di quell'anno il governo inglese ha introdotto la possibilità di viaggiare gratis sugli autobus del trasporto pubblico locale per le persone con almeno 60 anni di età. Nel 2008 l'iniziativa è stata estesa, garantendo agli anziani viaggi gratuiti in autobus a livello nazionale.



Risultati

Gli anziani in possesso dei requisiti per l'abbonamento gratuito al trasporto pubblico locale su autobus hanno una maggior probabilità di utilizzare i mezzi pubblici e, come conseguenza, mantengono un maggior benessere mentale e fisico.

Lo studio qui sintetizzato si concentra su un campione rappresentativo di circa 18.000 cittadini over 50 (e loro partner) residenti in Inghilterra, e si sviluppa su due livelli di analisi: in prima battuta i ricercatori si chiedono se la disponibilità di abbonamenti gratuiti agli autobus locali favorisca l'utilizzo dei mezzi pubblici e, in seconda battuta, se un maggiore utilizzo dei mezzi pubblici possa migliorare il benessere e le condizioni di vita delle persone anziane.

La risposta alla prima domanda è positiva: l'idoneità per ottenere l'abbonamento gratuito è associata a un aumento dell'utilizzo dei mezzi pubblici da parte delle persone anziane dell'8%. E, a cascata, il maggiore utilizzo dei mezzi pubblici si traduce in un miglioramento delle condizioni di vita.

I ricercatori si focalizzano in primo luogo su una serie di dimensioni tra cui la depressione e la solitudine, misurate attraverso scale validate: la scala CES-D per la depressione (*Center for Epidemiologic Studies Depression Scale*, con valori da 0 a 8, crescenti al crescere della depressione), la scala UCLA-LS per la solitudine (*University of California Los Angeles Loneliness Scale*, con valori da 3 a 9 crescenti al crescere della solitudine). In entrambi i casi si stima una riduzione statisticamente significativa di queste condizioni.

Effetti dell'uso dei mezzi pubblici

Sintomi depressivi (CES-D, min 0 max 8)	-0.952 **
Senso di solitudine (UCLA-LS, min 3 max 9)	-0.794 **
Fa regolarmente attività di volontariato (0-1)	+0.237 **
Incontra regolarmente gli amici (0-1)	+0.311 **
Incontra regolarmente i nipoti (0-1)	+0.480 **

Stime significative per $\alpha = *10% **5%$

BIBLIOGRAFIA: REINHARD E. ET AL. (2018), PUBLIC TRANSPORT POLICY, SOCIAL ENGAGEMENT AND MENTAL HEALTH IN OLDER AGE: A QUASI-EXPERIMENTAL EVALUATION OF FREE BUS PASSES IN ENGLAND, JOURNAL OF EPIDEMIOLOGY AND COMMUNITY HEALTH, VOL. 72.

AUTORE DELLA SCHEDA: FABIO SANDROLINI (ASVAPP)

In secondo luogo, i ricercatori si focalizzano sul livello di isolamento sociale, misurando a questo scopo una serie di abitudini:

- il coinvolgimento in attività sociali o di volontariato (probabilità di parteciparvi almeno una volta al mese);
- i contatti con gli amici (probabilità di averne almeno una volta al mese);
- i contatti con i nipoti (probabilità di averne almeno una volta al mese).

Su questo fronte i risultati sono molto positivi, con un aumento notevole del coinvolgimento sociale grazie all'uso dei mezzi:

- la probabilità di svolgere regolarmente attività organizzate aumenta di 24 punti percentuali;
- la probabilità di vedere regolarmente gli amici e i nipoti aumentano rispettivamente di 30 e di 48 punti percentuali.

Metodo

La valutazione si basa su un confronto con gruppo di controllo. Per verificare gli effetti dell'abbonamento gratuito si confronta l'abitudine all'utilizzo dei mezzi pubblici tra chi ne ha diritto e chi no, tenendo sotto controllo (via metodi di regressione) le differenze iniziali tra i due gruppi. In secondo luogo, sfruttando gli stessi gruppi, si verifica se e in che modo l'uso dei mezzi pubblici incide sulle condizioni di vita degli anziani (ricorrendo al c.d. metodo delle variabili strumentali: più precisamente, esso verifica in che modo un aumento dell'uso dei mezzi pubblici indotto dall'abbonamento gratuito incide sulle condizioni delle persone).

