



Anziani 2.0

Cinzia Castagnaro
Istat
Viale Liegi 13, Roma, Italia

Emanuela Bologna
Istat
Viale Liegi 13, Roma, Italia

Abstract

L'aumento della speranza di vita e il generale miglioramento delle condizioni di salute che stanno caratterizzando negli ultimi anni la popolazione anziana, sia in Italia sia nei paesi Europei, hanno ampliato spazi di opportunità che in passato non esistevano. Il generale miglioramento delle condizioni di vita, inoltre, ha contribuito a riconfigurare abitudini e comportamenti con impatto anche sulla qualità della vita della popolazione anziana. Diventare anziano oggi diventa sempre di più una condizione che non è legata semplicemente all'età anagrafica, ma anche a fattori quali le condizioni di salute e l'autonomia, la progettualità, la presenza di un ruolo sociale e di relazioni sociali significative. Tra la popolazione di 65 anni e più si osserva nel tempo una maggiore partecipazione a molte forme di pratiche culturali o passatempi del tempo libero. Aumenta in particolar modo l'abitudine a fare nel tempo libero foto e video amatoriali, l'andare ai musei, mostre e luoghi d'arte, il cinema e la lettura di libri. L'uso regolare delle nuove tecnologie tra la popolazione anziana, nonché il suo utilizzo per le diverse forme di partecipazione culturale, comincia a diffondersi, anche se timidamente, soprattutto tra le giovani generazioni di anziani che hanno oggi tra i 65 e i 74 anni. Nel 2015 meno di un quinto della popolazione ultra 64enne utilizza Internet con una regolarità almeno mensile (16,2%). Si osserva, tuttavia, una forte espansione del fenomeno rispetto a quanto registrato nel 2000 (1,2%) e nel 2006 (2,6%). I consumi culturali e le attività del tempo libero sono state via via contaminate dal diffondersi della Rete con la conseguenza di modificare anche l'accesso a mezzi più tradizionali come la TV o la radio. Nel complesso, tra gli anziani di 65 anni e più circa il 20% ha utilizzato almeno un consumo culturale o passatempo nel tempo libero con una modalità che ha a che fare con la Rete (utilizzo della TV o della radio tramite Internet, partecipazione a gruppi di discussione, blog, forum riguardanti programmi televisivi o radiofonici, ecc).

Elderly 2.0

The increase in life expectancy and the general improvement in the health conditions that have characterized the elderly population in recent years have widened opportunities that did not exist in the past. Furthermore, the general improvement in living conditions has contributed to reconfigure habits and behaviours with a strong impact on quality of life of the elderly population. Becoming elder today is more and more a condition that is not simply linked to age, but also to factors such as health conditions and autonomy, projects, presence of a social role and significant social relations. Among population aged 65 and over, greater participation in many forms of cultural practices or leisure time activities is observed over time. Especially making amateur photos and videos, going to museums, exhibitions and places of art, cinema and reading books increases. The regular use of new technologies among the elderly population, as well as its use for the different forms of cultural participation, begins to fairly spread especially among the 'youngest old' who are today between 65 and 74 years old. In 2015, less than a fifth of the population over 64 uses the Internet regularly (16.2%). However, a strong expansion of the phenomenon is observed compared to 2000 (1.2%) and 2006 (2.6%). Cultural consumption and leisure activities have been gradually contaminated by the spread of the Internet with the consequence of changing also the access to more traditional mass media such as TV or radio. Overall around 20% of people aged 65 years and over, have used at least one cultural consumption or leisure time in their spare time relates to the network (use of TV or radio via the Internet, participation in discussion groups, blogs, forums concerning television or radio programs, etc.).

Published 30 June 2019

Correspondence should be addressed to Cinzia Castagnaro, Istat, Viale Liegi 13. Email: cinzia.castagnaro@istat.it

DigitCult, Scientific Journal on Digital Cultures is an academic journal of international scope, peer-reviewed and open access, aiming to value international research and to present current debate on digital culture, technological innovation and social change. ISSN: 2531-5994. URL: <http://www.digitcult.it>

Copyright rests with the authors. This work is released under a Creative Commons Attribution (IT) Licence, version 3.0. For details please see <http://creativecommons.org/licenses/by/3.0/it/>



Invecchiamento e svecchiamento della popolazione

Il processo di invecchiamento, che caratterizza da molti anni l'Italia, è oggi un tema centrale di numerosi dibattiti nazionali e internazionali. L'attuale struttura per età è un risultato inevitabile di un efficace controllo delle nascite e dei decessi che hanno determinato nel tempo un significativo aumento della popolazione anziana, sia in valore assoluto, sia in rapporto alla popolazione giovane.

Le componenti che contribuiscono a modificare la popolazione – quella naturale e migratoria – determinandone sia la struttura per età sia l'ammontare, sono profondamente cambiate nel corso degli ultimi cent'anni. Mentre fino alla prima metà degli anni Sessanta era la componente naturale che determinava l'accrescimento della popolazione, dalla seconda metà fino ad oggi, questa si presenta sempre più debole fino a contrastare negli ultimi anni la crescita della popolazione. A partire dagli anni Novanta, l'aumento della popolazione dipende esclusivamente dalla componente migratoria, sia in maniera diretta, grazie ai movimenti migratori, sia in maniera indiretta, grazie al comportamento riproduttivo della popolazione straniera, caratterizzato da una fecondità più elevata.

Tuttavia dopo il picco al 1° gennaio 2015, la popolazione residente inizia a decrescere, e, nonostante la presenza straniera, caratterizzata da una struttura per età più giovane e una più alta fecondità, continua inesorabilmente ad invecchiare.

Al 1° gennaio 2019 si stima che la popolazione ammonti a 60,4 milioni di residenti (Istat, 2019b); continuano a diminuire le nascite (439mila nel 2018, dati provvisori), quasi 140 mila nati in meno rispetto a dieci anni prima. Riguardo ai decessi, dopo il picco del 2015 con 648 mila casi, con un andamento altalenante scendono a 633 mila unità (50 mila in più rispetto a dieci anni prima): un livello comunque elevato, in linea con la tendenza all'aumento dovuta all'invecchiamento della popolazione. L'aumento dei decessi è infatti fisiologico in una popolazione che invecchia, effetto della combinazione di fattori strutturali e congiunturali. Si consideri che oltre l'80% dell'eccesso di decessi è attribuibile alla classe di età 75-95 anni.

Secondo le ultime stime gli anziani - con una soglia di anzianità convenzionalmente fissata a 65 anni - superano i 13 milioni (stime al 1° gennaio 2019), circa il 23% sul totale della popolazione; se rapportiamo la popolazione anziana alla giovane, si osservano 173 anziani ogni 100 giovani. Erano 31 in meno di 70 anni fa.

D'altro canto, però, l'orizzonte temporale di vita di ognuno di noi è molto cambiato rispetto al passato, ed è destinato a cambiare ancora: gli uomini possono contare oggi su una vita media di 80,8 anni, le donne di 85,2 anni (stima 2018). Nel tempo i vantaggi di sopravvivenza delle donne rispetto agli uomini si sono ridotti: il differenziale osservato ha raggiunto 4,4 anni - circa un anno in meno rispetto a dieci anni prima - soprattutto per i maggiori guadagni registrati per gli uomini.

Continua a espandersi l'orizzonte di vita anche per gli anziani (19,3 anni per gli uomini e 22,3 per le donne a 65 anni – stime 2018): non molti anni fa, nel primo Censimento post-bellico, tale indicatore era pari rispettivamente a 12,6 anni e 13,7 anni, dunque un guadagno di quasi 7 e quasi 9 anni in meno di settant'anni. Tra 20 anni un individuo a 65 anni potrà contare mediamente su altri due anni di vita rispetto a oggi (la speranza di vita sarà rispettivamente pari a 21,0 e 24,4 anni nel 2038).

Da una lettura integrata la storia degli ultimi settant'anni è possibile apprezzare, grazie allo strumento delle piramidi per età, l'impatto delle transizioni demografiche sulla struttura della popolazione (Figura 1).

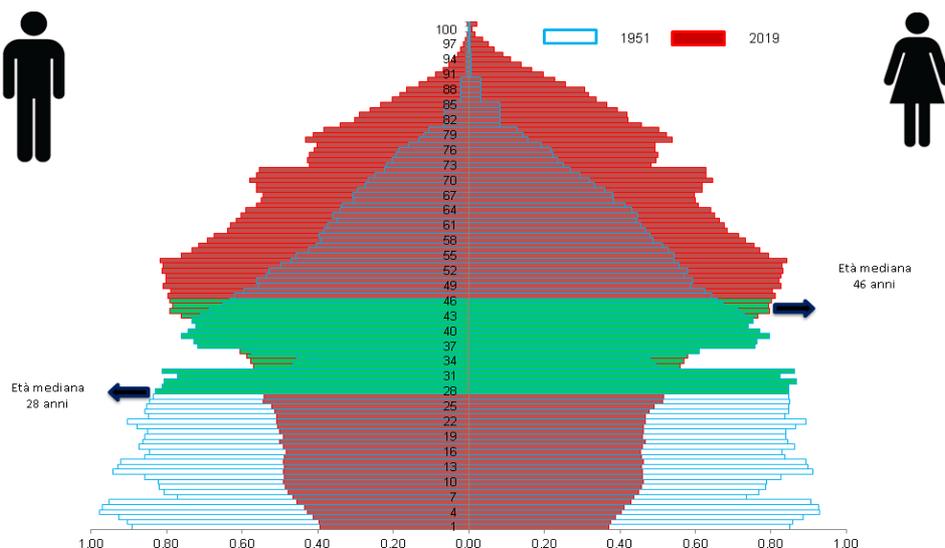


Figura 1. Piramidi per età della popolazione residente al Censimento del 1951 e al 1° gennaio 2019 (stima) – Valori percentuali e età mediane Fonte: Istat.

Ciò che può essere compreso a colpo d'occhio è il passaggio da una piramide tipica dello stato nazionale nel Diciannovesimo secolo, con un'elevata natalità e con l'alta mortalità dovuta alle guerre e alle ferite della povertà, a un vero 'rovesciamento' della piramide stessa, oggi caratterizzata da una base stretta, per via del protrarsi negli anni della bassa natalità, e da una punta allargata, effetto dei guadagni in termini di sopravvivenza che hanno determinato un aumento consistente della popolazione alle età avanzate, soprattutto tra le donne.

Ciò che non è facile notare rapidamente, invece, è che il rovesciamento è anche un segnale di ringiovanimento della popolazione. Ci sono infatti 18 generazioni che ringiovaniscono (R. Cagiano de Azevedo e C. Castagnaro, 2019). L'età mediana, ossia l'età che divide la popolazione in due metà uguali, può essere utilizzata come indicatore dell'invecchiamento della popolazione, ma anche del suo svecchiamento. In Italia, al 1° gennaio 2019, l'età mediana stimata è pari a 46 anni, mentre nel 1951 era pari a 28 anni; questo significa che, nella piramide, in meno di settant'anni 18 generazioni tra i 28 ei 46 anni sono passate dalla metà più anziana della popolazione alla metà più giovane. Oltre 14 milioni di persone, che nel 1951 avrebbero fatto parte della popolazione 'più anziana', ora sono tra i 'più giovani'.

Lo svecchiamento della popolazione, non si è accompagnato solo all'aumento dell'orizzonte temporale che ci si può aspettare di vivere alle varie età, ma anche a un miglioramento generale degli stili e delle condizioni di vita, che hanno portato ad un più elevato livello generale della salute della popolazione; questo vale soprattutto tra la più anziana, che sempre meno rimanda la 'vecchiaia' ad una questione puramente anagrafica.

Non si vive soltanto di più, infatti, ma si vive anche meglio. Nel 2017 un uomo può godere di buona salute in media 59,7 anni mentre una donna 57,8.

A dispetto della maggiore longevità delle donne, quando si parla di buona salute queste ultime perdono il loro vantaggio in termini di sopravvivenza. Sebbene più longeve degli uomini, le donne vivono un maggior numero di anni in condizioni di salute via via più precarie: sono infatti maggiormente colpite da patologie croniche meno letali, che insorgono più precocemente e diventano progressivamente invalidanti con l'avanzare degli anni. Rispetto al 2009 gli uomini hanno guadagnato due anni di vita in buona salute, mentre le donne quasi tre.

L'anziano di oggi, dunque, non è più quello di una volta. Si parla sempre di più di invecchiamento attivo, inteso come "un processo di ottimizzazione delle opportunità relative alla salute, partecipazione e sicurezza, allo scopo di migliorare la qualità della vita delle persone anziane" (WHO, 2002).

Le reti e la diffusione delle nuove tecnologie tra gli anziani

La crescita considerevole della quota di anziani ha, dunque, due conseguenze in tema di reti familiari e sociali. Da una parte l'aumento dell'orizzonte di vita e le migliori condizioni di salute permettono loro una maggiore attività all'interno della famiglia. Dall'altra, comportano una crescita degli anni di compresenza intergenerazionale, aumentando il numero di membri potenzialmente bisognosi di aiuto perché in età avanzata (Istat, 2019c).

Inoltre, il parziale recupero dello svantaggio maschile in termini di sopravvivenza ha determinato l'incremento del numero di uomini di 65 anni e oltre e consentito, dunque, ad un numero sempre maggiore di essi di arrivare ad età più elevate e alle loro mogli di vivere sempre più spesso da coniugate anziché da vedove. Al 1° gennaio 2018, la quota di vedove (42%) tra la popolazione di 65 anni e più è stata superata dalla quota di coniugate (48%), testimonianza del fatto che è frequente anche per le donne affrontare la fase più anziana della vita vivendo in coppia (Istat, 2018b).

Determinanti, soprattutto per gli anziani, le reti formali e informali e la soddisfazione ad esse associate. Più della metà delle persone attive in associazioni o gruppi di volontariato di tutte le età si dichiara molto soddisfatta per la propria vita (contro il 40% dei non volontari). La relazione positiva tra benessere e associazionismo è più netta con l'avanzare dell'età e ha effetti su diversi ambiti della vita. Impegnarsi nel volontariato promuove infatti un invecchiamento attivo, contribuendo a migliorare la qualità della vita dei volontari anziani (55,8% di molto soddisfatti contro 35,0% dei non volontari). Inoltre, chi si impegna in queste attività si mostra più ottimista per il proprio futuro: il 35,9% crede che la sua situazione personale migliorerà (contro il 25,6% dei non volontari) (Istat, 2018a).

Le reti, inoltre, hanno un effetto trainante sulla partecipazione culturale dei cittadini; se aumentano le relazioni, in particolare quelle di tipo associativo, i livelli di attività culturale superano anche i livelli medi registrati per gli adulti e per i giovani.

L'uso delle nuove tecnologie è strettamente connesso alle reti formali e informali, consentendo e amplificando l'accesso all'informazione, alla comunicazione e ai servizi.

L'opportunità di una comunicazione veloce è resa più semplice dagli strumenti tecnologici di nuova generazione (PC, tablet, smartphone, ecc.), che permettono agli individui sia di rafforzare reti sociali, formali e informali, con persone già conosciute (amici, parenti, colleghi di studio o lavoro, membri di associazioni, ecc.), sia di coltivare 'amicizie virtuali' con persone mai incontrate. Il diffondersi della Rete annulla, infatti, i confini territoriali rendendo possibile la fruizione di informazione, servizi e 'socializzazione' con realtà distanti sia da un punto di vista spaziale che culturale.

Il ritardo in Italia nella diffusione delle nuove tecnologie riguarda tutte le età, ma il divario con gli altri paesi europei è più ampio negli anziani. Nel 2015 meno di un quinto della popolazione ultra 64enne utilizza Internet con una regolarità almeno mensile (16,2%) (Figura 2). Si osserva, tuttavia, una forte espansione del fenomeno rispetto a quanto registrato nel 2000 (1,2%) e nel 2006 (2,6%).

L'accesso alla Rete è strettamente connesso all'età: nel 2015, tra i giovani anziani di 65-69 anni, la quota dei fruitori più regolari (31,6%) è circa il doppio della media registrata sul totale degli anziani di 65 anni e più. All'opposto, tra le generazioni più anziane (con 75 anni e oltre) gli utenti con regolarità almeno mensile sono poco più del 5%. Si osservano, inoltre, forti differenze di genere nell'utilizzo della Rete: sul totale della popolazione di 65 anni e più sono il 23,3% degli uomini contro il 10,8% delle donne, proporzioni che si presentano quintuplicate e quadruplicate, rispettivamente, rispetto al 2006.

Il divario uomo-donna si amplia maggiormente nella fascia dei 65-69enni (+16,8 punti percentuali a favore degli uomini), mentre risulta più contenuta con l'avanzare dell'età, con un divario di 14 punti percentuali tra i 70 e 74 anni, e di circa 6 punti percentuali tra gli ultra 74enni, dove i livelli sono più contenuti per entrambi i generi.

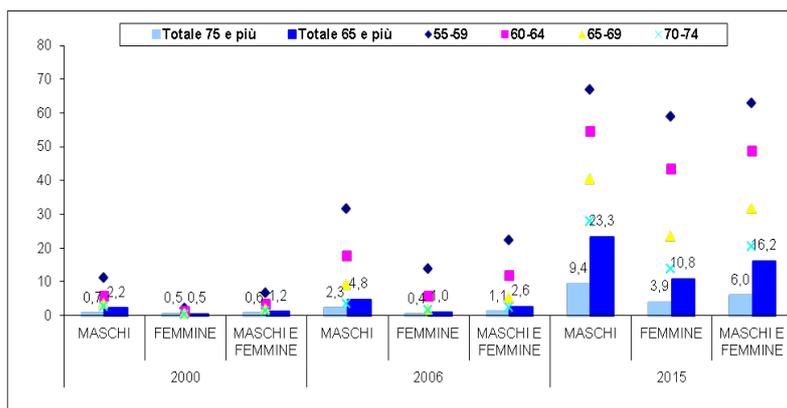


Figura 2. Persone di 55 anni e più che accedono a Internet con una regolarità almeno mensile per sesso e classe di età - Anni 2000, 2006 e 2015 (valori percentuali) Fonte: Istat, Indagine I cittadini e il tempo libero.

Tra i fattori socio-demografici ed economici, quello che favorisce maggiormente la probabilità di accesso regolare ad Internet tra la popolazione anziana è senza dubbio l'età: al crescere di questa diminuisce, infatti, la probabilità di accesso regolare (Figura 3).

Avere tra i 65 e 69 anni aumenta di oltre 7 volte la probabilità di accesso regolare rispetto ai più anziani; tra chi ha 70 e 74 anni, la probabilità di uso regolare è 4 volte superiore rispetto a chi ha 80 anni e più.

Il secondo fattore che si conferma protettivo nell'uso della Rete è il possesso di un titolo di studio elevato che porta quasi a quintuplicare la probabilità di uso regolare se in possesso di laurea o diploma, rispetto a chi ha la licenza media. Allo stesso tempo, l'istruzione al massimo elementare si presenta come unico fattore di rischio. Un altro fattore, strettamente correlato al livello di istruzione, che ha un impatto notevole nell'uso della Rete è il possesso di uno status socio-economico elevato, status che porta a più raddoppiare la probabilità di uso regolare se le risorse sono 'ottime' o 'adeguate', rispetto a chi ne ha scarse o insufficienti. Anche rispetto all'uso di Internet, conferma il noto gradiente Nord-Sud che, per questioni economiche, culturali e strutturali (presenza di infrastrutture che consentono l'utilizzo delle nuove tecnologie), divide l'Italia in due: chi risiede al Centro o al Nord, ha una probabilità pari ad una volta e mezzo rispetto a chi risiede nel Mezzogiorno.

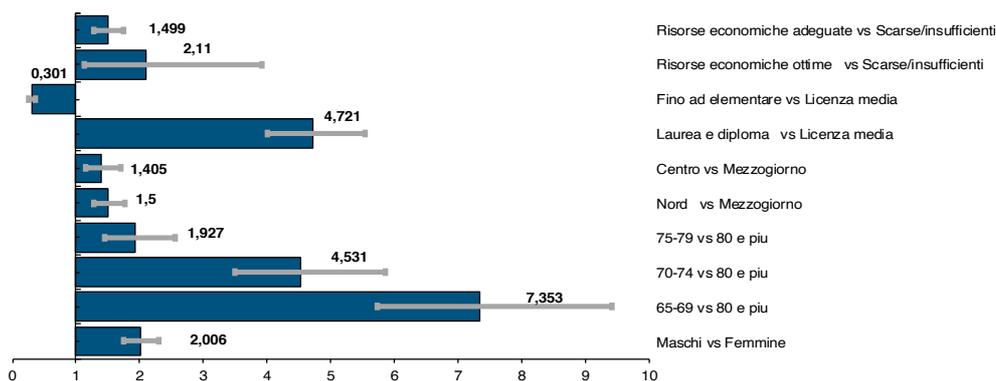


Figura 3. Stima di odds ratio¹ mediante regressione logistica rispetto all'accesso a Internet .con una regolarità almeno mensile delle persone di 65 anni e più - Anno 2015 Fonte: Istat, Indagine I

¹ L'odds ratio (OR) è la misura dell'associazione tra l'esposizione ad un fattore di rischio ad es. sesso, età, titolo di studio) e la comparsa di un evento (ad es. eccesso ponderale). Se il valore dell'OR è uguale a 1, significa che il fattore di rischio è ininfluenza sulla comparsa dell'evento; se il valore dell'OR è maggiore di 1, il fattore di rischio è o può essere implicato nella comparsa dell'evento; se il valore dell'OR è minore di 1 il fattore di rischio in realtà è una difesa contro la comparsa dell'evento.

cittadini e il tempo libero.

Anziano internauta nella fruizione di cultura e tempo libero

Numerosi studi mostrano come sia le diverse forme di partecipazione culturale sia i passatempi giocino un ruolo essenziale nel tempo libero per la produzione del benessere individuale; tali fattori, infatti, si dimostrano spesso efficaci anche per alleviare problematiche fisiche e psichiche legate a condizioni di salute che più frequentemente si presentano in tarda età (Rossi Ghiglione, 2017).

Tenendo come riferimento temporale gli anni 2000, 2006 e 2015, si osserva un aumento nella partecipazione degli anziani a quasi tutte le diverse forme di pratiche culturali o passatempi del tempo libero.

Aumenta in particolar modo l'abitudine a fare nel tempo libero foto e video amatoriali (dall'8,9% del 2000 al 19,7% del 2015), l'andare ai musei, mostre e luoghi d'arte (dal 23,3% al 32,5%), il cinema (dal 10% al 18,5%) e la lettura di libri (dal 24,4% al 32%) (Figura 4).

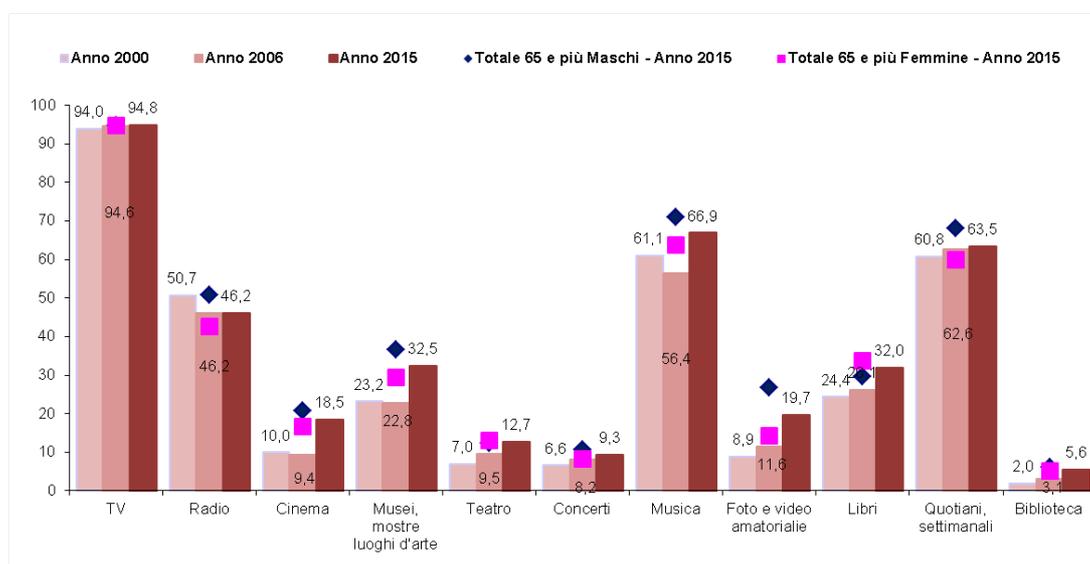


Figura 4. Persone di 65 anni e più per alcune tipologie di consumi culturali e passatempi del tempo libero, sesso e classi di età - Anni 2000, 2006 e 2015 Fonte: Istat, Indagine I cittadini e il tempo libero.

Sono soprattutto gli uomini a segnalarsi per livelli più elevati di partecipazione culturale, anche se nel tempo per molte pratiche culturali il *gap* uomo/donna si è ridotto e, nel caso dell'abitudine ad andare a teatro e della lettura di libri, il rapporto di genere si è invertito a favore delle donne.

I consumi culturali e le attività del tempo libero sono state via via contaminate dal diffondersi della Rete con la conseguenza di modificare anche l'accesso a mezzi più tradizionali come la TV o la radio. Nel complesso tra gli anziani di 65 anni e più circa il 20% ha utilizzato almeno un consumo culturale o passatempo con una modalità che ha a che fare con la Rete (utilizzo della TV o della radio tramite Internet, partecipazione a gruppi di discussione, blog, forum riguardanti programmi televisivi o radiofonici, ecc). Tale modalità di fruizione dei passatempi del tempo libero è più diffusa tra gli adulti di 55-64 anni e tra i giovani anziani di 65-69 anni, mentre decresce all'aumentare dell'età. Anche in questo caso si osservano spiccate differenze di genere: 26,6% degli uomini, proporzione che si dimezza tra le donne (Figura 5).

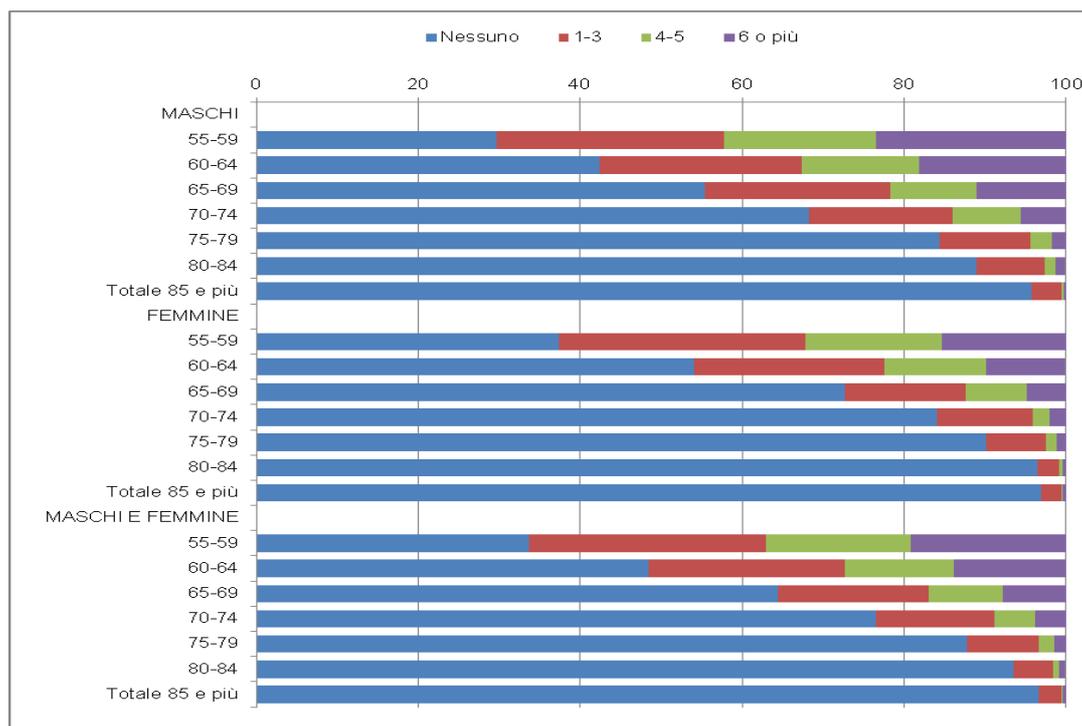


Figura 5. Persone di 55 anni e più per numero di consumi culturali e passatempi del tempo libero per i quali usano la Rete, sesso e classi di età - Anno 2015 Fonte: Istat, Indagine I cittadini e il tempo libero.

Tra le persone di 65 anni e più, l'attività più diffusa nel tempo libero tramite la Rete è la comunicazione tramite e-mail, social network, messaggistica istantanea e skype (16,7%) seguita dall'uso dei servizi di condivisione di foto e video (come ad esempio YouTube) (9,2%) (Figura 6). Il 7% degli anziani, invece, utilizza Internet per guardare programmi televisivi o partecipare a forum/blog legati alla TV, mentre il 6% legge riviste o quotidiani online o utilizza 'Applicazioni' o servizi Internet tramite il telefono cellulare; il 5,2% è attivo in Internet per quanto riguarda l'ascolto della musica. Più residuale l'utilizzo di Internet nella fruizione di servizi legati ai musei - come la prenotazione o acquisto di biglietti - (4,2%), la radio (4,1%) e il cinema (3,1%). Su tutti gli ambiti di fruizione tramite internet legati al tempo libero che sono stati considerati il rapporto uomo/donna è quasi sempre di 3 a 1 o di 2 a 1.

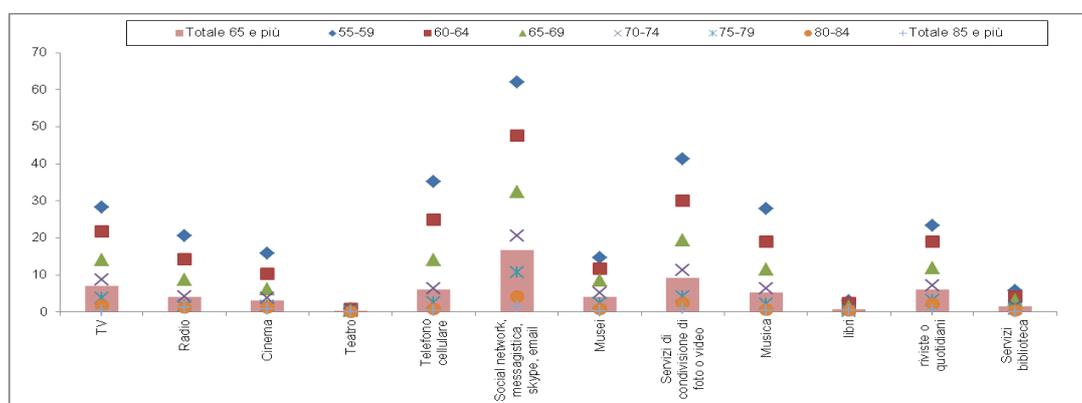


Figura 6. Persone di 55 anni e più per tipo di consumi culturali e passatempi del tempo libero per i quali usano la Rete per classi di età - Anno 2015 Fonte: Istat, Indagine I cittadini e il tempo libero.

L'aumento della speranza di vita e il generale miglioramento delle condizioni di salute che stanno caratterizzando negli ultimi anni la popolazione anziana, hanno ampliato spazi di opportunità che in passato non esistevano. Il generale miglioramento delle condizioni di vita, inoltre, ha contribuito a riconfigurare abitudini e comportamenti con impatto anche sulla qualità della vita della popolazione anziana. Diventare anziano oggi diventa sempre di più una condizione che non è legata semplicemente all'età anagrafica, ma anche a fattori quali le condizioni di salute e l'autonomia, la progettualità, la presenza di un ruolo sociale e di relazioni sociali significative.

Tra la popolazione di 65 anni e più si osserva nel tempo una maggiore partecipazione a molte forme di pratiche culturali o passatempi del tempo libero. L'uso regolare delle nuove tecnologie tra la popolazione anziana, nonché il suo utilizzo per le diverse forme di partecipazione culturale, comincia a diffondersi, anche se timidamente, soprattutto tra le giovani generazioni di anziani che hanno oggi tra i 65 e i 74 anni.

L'innalzamento del livello di istruzione registrato via via nel corso dell'ultimo trentennio tra la popolazione giovane e adulta (tra i 25 e i 64 anni) lascia ben sperare che la popolazione anziana di domani beneficerà di questi avanzamenti (Istat, 2019c). Data la forte associazione tra i livelli di istruzione più elevati e la presenza di *high skills* legati all'uso delle nuove tecnologie, questa contribuirà ad alimentarne l'incremento delle nuove tecnologie anche tra la *elderly population*; tale fenomeno è già in atto tra le giovani generazioni per le quali la diffusione di nuove tecnologie è generalizzata e prescinde divari socio-culturali che sono invece, ad oggi, determinanti nei più anziani.

Riferimenti bibliografici

- Blane, David, Gopalakrishnan Netuveli e Juliet Stone. "The development of life course epidemiology." *Revue d'Epidémiologie et de Santé Publique* 55.1 (2007): 31-38.
- Blangiardo, Gian Carlo e Stefania Maria Lorenza Rimoldi. "The potential demography: a tool for evaluating differences among countries in the European Union." *Genus* 68.3 (2012): 63-81.
- Castagnaro, Cinzia. "Demografia dell'Aging." In *Medicina Anti Aging – Le origini dell'ageing – La prevenzione – Le terapie anti-aging* (a cura di F. Terranova, F. Romanelli, G. Riondino, E. Bartoletti, G.A. Bartoletti), 2011.
- Cagiano de Azevedo, Raimondo e Giorgia Capacci. *Invecchiamento e svecchiamento della popolazione europea*. Aracne Editrice, 2004
- Cagiano de Azevedo, Raimondo e Cinzia Castagnaro. "Vivere più a lungo e vivere meglio: non è la stessa cosa." In *La medicina estetica, 40° Congresso Nazionale della Società Italiana di Medicina Estetica SIME, XIV Congresso Nazionale dell'Accademia Italiana di Medicina Anti-Aging AIMAA*, Abstract book, Roma 17-18-19 maggio, 2019.
- Caltabiano, Marcantonio e Alessandro Rosina. "The dejuvenation of the Italian population." *Journal of Modern Italian Studies* 23.1 (2018): 24-40.
- Dahan-Oliel, Noémi, Isabelle Gélinas e Barbara Mazer. "Social participation in the Elderly: What does the literature tell us?" *Critical Reviews in Physical and Rehabilitation Medicine* 20.2 (2008):159-176.
- FUB e Istat, *Internet@Italia 2018 Domanda e offerta di servizi online e scenari di digitalizzazione*, Roma: Fondazione Ugo Bordoni, 2018.
- Forsman, Anna K. e Johanna Nordmyr. "Psychosocial Links between Internet Use and Mental Health." *Later Life. A Systematic Review of Quantitative and Qualitative Evidence. Journal of Applied Gerontology* 36 (2017): 1471-1518.

- Istat. *Rapporto Annuale 2017. La situazione del Paese*. Roma: Istat, 16 maggio, 2018a.
- Istat. *Popolazione residente per sesso, anno di nascita e stato civile*. Roma: Istat, 6 settembre, 2018b.
- Istat. *Previsioni demografiche della popolazione residente, database*. 2018c.
- Istat. *Natalità e fecondità della popolazione residente, Statistica Report*, 28 novembre, 2019a.
- Istat. *Indicatori demografici, stime per l'anno 2018*. Statistiche Report, 7 febbraio, 2019b.
- Istat. *Rapporto annuale 2019. La situazione del paese*. Roma: Istat, 20 giugno, 2019c.
- Lelkes, Orsolya. "Happier and less isolated: Internet use in old age." *Journal of Poverty and Social Justice* 21 (2013): 33–46.
- Neves, Barbara B., Rachel Franz, Rebecca Judges, Christian Beermann e Ralf Baecker. "Can Digital Technology Enhance Social Connectedness among Older Adults? A Feasibility Study." *Journal of Applied Gerontology* 38.1 (2017): 49-72.
- Rosina, Alessandro. *Il Futuro non invecchia*. Milano: Vita e Pensiero, 2018
- Rosina, Alessandro e Alessandra De Rose. *Demografia*. Seconda Edizione. Milano: Egea, 2017
- Rossi Ghiglione, Alessandra. "Comunità in scena: il teatro sociale tra cultura e salute." *Economia della cultura* 2 (2017): 275-280.
- Sacco, Pierluigi. "Health and cultural welfare: a new policy perspective?" *Economia della cultura* 2 (2017): 165-174.
- Van Deursen, Alexander ed Ellen Helsper. "A nuanced understanding of Internet use and non-use amongst older adults." *European Journal of Communication* 30.2 (2015): 171-187.
- WHO. *A Life Course Approach to Health*. Ginevra: World Health Organization, 2000.
- WHO. *Active ageing. A policy framework*. Ginevra: World Health Organization, 2002.
- WHO. *Global strategy and action plan on ageing and health*. Ginevra: World Health Organization, 2017.