

FIGLI NEL TEMPO. L'ADOLESCENZA

ANNA OLIVERIO FERRARIS *Psicologa*



In seconda media si verifica spesso un improvviso calo della motivazione e del rendimento. Come si può rimediare?

Seconda media, cominciano i guai

SPESSO NELLA seconda media, a volte già in prima, si verifica un calo della motivazione che in molti casi si manterrà bassa anche negli anni successivi. Eppure la maggior parte degli alunni hanno vissuto con entusiasmo il passaggio dalla scuola elementare alla media, aspettandosi di imparare cose nuove e di avere un buon rapporto con i compagni e gli insegnanti. Si è soliti attribuire questo calo della motiva-

zione all'insorgere dell'adolescenza; ma se la pubertà comporta delle trasformazioni e dei turbamenti nei ragazzi, esistono altri importanti aspetti come il clima che regna nella classe e il rapporto professori-ragazzi. Altrimenti non si spiega perché un certo numero di alunni riescano a mantenere un buon livello di motivazione e perché vi siano delle differenze tra classe e classe, scuola e scuola. Molti degli alunni che hanno un buon rendimento continuano a esse-

re interessati e a dimostrarsi motivati anche in assenza di un rapporto empatico con gli insegnanti, in quanto sono gratificati dai risultati che ottengono. Quelli che invece annoiano, si demotivano se hanno la sensazione che i loro sforzi non vengano riconosciuti. Le relazioni personali sono importanti quanto il rendimento e i problemi nascono quando le prime sono sottovalutate. Se il trattamento è anonimo, se l'insegnante si limita a fare lezione e non cerca di comunicare e di scoprire quali sono gli aspetti significativi del mondo dei suoi alunni, questi possono sentirsi abbandonati e frustrati e quindi ridurre la propria partecipazione. Ho consta-

tato più di una volta che si ottiene la partecipazione del maggior numero dei ragazzi quando gli insegnanti e la scuola rispondono a queste caratteristiche: 1) la scuola è attiva, in grado di fornire degli obiettivi adatti alle capacità dei singoli alunni; 2) c'è un'assistenza nei riguardi dell'alunno che consente di conoscerlo individualmente e di scoprirne le potenzialità; 3) vengono potenziate le attività esterne alla classe - gite scolastiche, visite ai musei, attività sportive - per stabilire con i ragazzi un rapporto sciolto ed empatico. L'estensione dell'obbligo scolastico ai 16 anni, per essere veramente utile in termini di maturazione e crescita, non potrà prescindere da questi punti fondamentali.

GERONTOLOGIA. In Francia una donna ha compiuto 120 anni. Ma non è un caso isolato...

Il mondo sarà pieno di ultracentenari

In Francia, una signora compie ufficialmente 120 anni. Cioè si è in grado di controllare che la veneranda età è stata effettivamente raggiunta. È la prima volta che questo accade in Europa. Ma gli specialisti dicono: è solo l'inizio. Nel nostro futuro prossimo, infatti, c'è un enorme aumento del numero degli ultracentenari, soprattutto delle donne. Già adesso gli ultranovantenni sono moltissimi. In Italia tra i 4500 e i 6000. Oggi un convegno a Firenze

Jeanne, 40 anni nel mitico 1914

Jeanne Calment ha 120 anni: è nata nel 1874.
1875 All'età di un anno vede nascere la Terza Repubblica francese.
1882 Quando Jeanne aveva 8 anni, muore Giuseppe Garibaldi.
1889 A Parigi viene costruita la Torre Eiffel. Jeanne ha 14 anni.
1894 Per il ventesimo compleanno, Jeanne assiste all'inizio del caso Dreyfus.
1895 Prima proiezione pubblica del cinematografo organizzata dai fratelli Lumière. Jeanne compie 21 anni.
1914 Quando scoppia la Prima guerra mondiale, Jeanne ha 40 anni.
1917 Rivoluzione in Russia. Jeanne compie 43 anni.
1939 Scoppia la Seconda guerra mondiale e Jeanne festeggia i suoi 65 anni.

ANTONELLA MARRONE

La signora Jeanne Calment ha 120 anni. Ma di quelli veri, documentati: dalle elementari a quel faticoso giorno di dieci anni fa quando, con la casa in fiamme, era lì a tirare secchi d'acqua per spegnere il fuoco. I pompieri si sono accorti che la signora Jeanne era veramente eccezionale. Da quel momento l'equipe di demografi francesi del Consiglio Nazionale delle Ricerche, non l'ha più persa di vista e ha iniziato a studiare tutti gli aspetti della sua vita. «È infatti importante sottolineare la fondatezza di questi centoventi anni», spiega il prof. Claudio Franceschi, docente di immunologia all'Università di Modena - perché sino ad oggi sono stati trovati ultracentenari fasulli, ad esempio nel Caucaso, vecchi che, di anno in anno, davano età diverse, sempre più elevate. È infatti difficile avere notizie esatte: le fonti sono difficili o scomparse, gli ostacoli molteplici. In molti paesi non ci sono censimenti. È difficile anche da noi dimostrare che uno ha cent'anni. Se si usano criteri rigorosi, però, possiamo dire che questa è la prima volta nella storia che c'è una persona dimostratamente di 120 anni».

primo fra tutti quello immunitario, che risultano molto ben preservati. Nel secondo, tra i fattori ambientali ci sono sicuramente degli stili di vita che contribuiscono alla longevità.

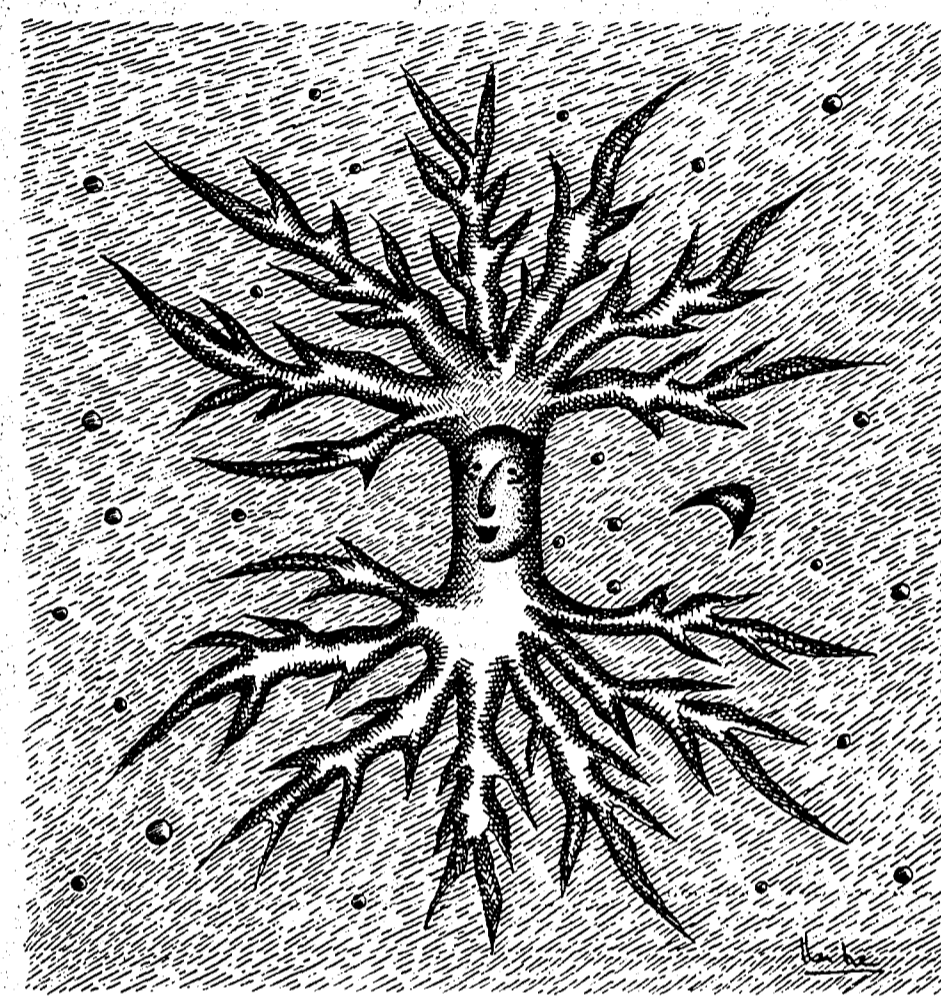
Allora questi «vecchissimi» non sono affatto «vecchi». O meglio: lo sono cronologicamente, ma dal punto di vista biologico i loro sistemi di immunosorveglianza sono così ben funzionanti da risultare più simili a quelli di un trentenne che non a quelli di anziani più giovani di loro. Dice Franceschi: «Queste persone rappresentano per noi il modello di come si può e si deve invecchiare. Se noi scopriamo come funziona la loro macchina-corpo potremmo fare in modo che la maggior parte delle persone invecchi in quel modo. Il successo del loro invecchiamento ci dice che possiedono meccanismi di difesa che si oppongono alle malattie tipiche dell'età avanzata. Per esempio non hanno molte delle malattie associate all'invecchiamento con componente immunitaria (e fra queste ci sono l'arteriosclerosi, la demenza di Alzheimer). Quindi che combinazioni di geni hanno, quali varianti genetiche?»

Una realtà difficile

Il gruppo di studio italiano sui centenari si riunisce oggi a Firenze per discutere proprio su «La cultura della salute dell'anziano: una realtà che ancora non riesce ad affermarsi». «In Italia non abbiamo persone di centoventi anni - spiega il prof. Motta direttore dell'Istituto di Geriatria e Gerontologia dell'Università di Catania - ma di centodieci sì, e anche di centoundici. La maggior parte donne». Come funziona il gruppo di studio italiano? «C'è una parte clinica e una parte

biologica. Franceschi, a Modena, segue quella biologica, noi facciamo la parte clinica. Ci occupiamo di esaminare tutti gli aspetti, da quello motorio a quello cerebrale, vista, udito, ecc. Contemporaneamente questi pazienti fanno dei prelievi per fare la parte di laboratorio cellulare. I campioni sono raccolti a Modena, c'è una banca dati in cui sono conservati sia cellule sia sangue. Per quanto riguarda la parte clinica lo studio verrà concluso il 31 dicembre».

In Italia, sessant'anni fa, i centenari erano 20-22, poi sono diventati 40, poi 50, nell'ultimo censimento 1500. Al 31 dicembre 1993, su base anagrafica risultavano circa 6000, su base «individuale», selezionandoli «porta a porta», gli studiosi italiani ne hanno trovati circa 4500. C'è una forte mortalità di questi centenari, ma, come dice il prof. Motta, per uno che muore ce ne sono due nuovi che arrivano. «Se lei vedesse le schede anagrafi-



Salute Osservatorio per malattie da terza età

EDOARDO ALTOMARE

BARI. C'è un problema in più per chi si occupa di lenire i malanni dell'età: la difficoltà di disporre di dati obiettivi sullo stato di salute, e sulle malattie, degli anziani.

Un «osservatorio» epidemiologico sui principali problemi di salute legati all'invecchiamento: questo sta per diventare l'Italian Longitudinal Study on Aging (Ilsa) del Progetto finalizzato invecchiamento del Cnr, diretto dal professor Luigi Amaducci dell'Università di Firenze.

«Si tratta di uno studio ancora in progress» - spiega Amaducci - portato avanti da otto centri (Bari, Catania, Fermo, Firenze, Genova, Milano, Napoli, Padova), ed i cui risultati saranno pronti alla fine di quest'anno».

Il professor Luigi Amaducci ce ne anticipa alcuni tra i più interessanti, elaborati su oltre tremila soggetti osservati. Riguardano la prevalenza percentuale delle più comuni malattie di competenza internistica: ipertensione, diabete, infarto del miocardio. «Oltre il sessanta per cento della popolazione anziana (il 63,8% per la precisione) è affetto da ipertensione arteriosa», riferisce Amaducci.

«Dietro a questo malanno - aggiunge - vengono patologie come le artrite (25,2%), le malattie della tiroide (14,0%), il diabete (12,7% a cui va aggiunto un 6,3% di soggetti con alterata tolleranza al glucosio)».

Un dato di indubbio rilievo, dato che l'ipertensione arteriosa è fattore di rischio per le malattie cardiovascolari e per l'ictus, sia ischemico che emorragico.

E la demenza, il tanto temuto deterioramento delle capacità intellettive?

«La demenza ha un inizio ed una crescita esponenziale oltre gli 85 anni», risponde Amaducci, «ed è proprio la riduzione delle capacità cognitive che segna oggi l'inizio della vera vecchiaia». Un decadimento acuto molto spesso dalla solitudine, dall'emarginazione, dalla perdita di autostima e di motivazioni alla vita attiva.

che dai 90 anni in su, la posizione dei centenari nel futuro fa paura. La lunghezza della vita femminile un paio di anni fa era di 72 anni, oggi ha superato gli 80 anni. Fra un paio di anni a quanto sarà arrivata la durata media della vita?».

Aumento progressivo

Effettivamente sono numeri «da paura»: un invecchiamento progressivo e di massa della popolazione mondiale si profila sul nostro futuro. Ma non è questo a spaventare, quanto il fatto che la società non sembra affatto pronta a capire la portata di questo fenomeno, di questi «giovani centenari» del futuro. «Parlando con loro - racconta Motta - ci si rende conto del grande fascino che esercitano. Molti hanno ancora una straordinaria lucidità mentale».

Esiste un centenario tipo? «Come tipologia è un individuo che mangia discretamente, che si beve

il suo bicchiere di vino, che non ha mai avuto grossi vizi o grosse malattie. È importante la famiglia di provenienza, ovviamente: si diventa centenari, secondo me, perché sul piano genetico c'è una predisposizione alla longevità. Poi c'è il mondo esterno che si può esprimere in elementi positivi o negativi: se il vecchio vive in un ambiente adeguato e ha i segni della longevità, può aspirare a diventare centenario. Man mano che migliorano le condizioni di vita, aumentano i centenari».

Lo scopo di tanto lavoro intorno ai centenari è anche quello di riuscire a trovare dei criteri di predittività: «Per esempio - ci spiega il dottor Valter Malomi del Laboratorio ultrastrukture dell'Istituto Superiore di Sanità - se riuscissimo a scoprire i tassi ematici di qualche molecola chiave, potremmo anche sapere con largo anticipo la longevità della persona, ovvero intervenire farmacologicamente nel caso in cui

si scoprisse che, ad esempio, il suo livello di immunosorveglianza verso i tumori è molto basso. Vorrebbe dire che il soggetto è a rischio. Alcune tecniche valutano la suscettibilità del sangue a certi stress, oppure la resistenza agli stress che inducono morte cellulare. Nei centenari i dati di sensibilità allo stress sono uguali o superiori a quelli di un giovane. Quelli che arrivano a cento e passa anni sono dei selezionati e di fatto hanno delle prestazioni buone davanti a stress causati nelle cellule da agenti interni o esterni all'organismo. In particolare sembra che le cellule dei centenari siano molto resistenti alla induzione della morte cellulare programmata».

Per ora, dunque, non si può predire niente, ma non appena si troverà un «quid», assicura il prof. Motta, grazie alla Banca dati «saremo in grado di dire se la strada è giusta oppure no».

ARRIVA LA NUOVA RADIO DIGITALE

E la Bbc trasmetterà una musica «perfetta» nelle case della gente

LONDRA. Arriva la radio digitale dal suono puro come i compact disc. Un'evoluzione forse imprevedibile di un antico mezzo di comunicazione, un salto di qualità che potrebbe clamorosamente rilanciarlo alla vigilia del nuovo secolo. In ogni caso, sarà la Bbc la prima emittente al mondo a trasmettere nel nuovo formato in modo regolare. La Bbc ha infatti reso noto che a partire da settembre del prossimo anno irradierà tutti i suoi cinque canali radiofonici sia in modo digitale sia con il tradizionale segnale analogico: la nuova tecnologia, chiamata «Dab» (Digital Audio Broadcasting) renderà possibile anche il varo di un setto canale, per ampliare la copertura degli eventi sportivi e delle attività parlamentari. «La musica classica sarà cristalli-

na anche in auto. Si potrà girare per casa senza perdite di segnale o interferenze. Non ci sarà più bisogno di antenne», ha spiegato Liz Forgan, direttore della struttura radio della Bbc.

La radiotelevisione britannica di Stato conta di raggiungere con i segnali digitali il sessanta per cento dei sudditi della Regina nel giro di quattro anni ma c'è un grosso rovescio della medaglia: per il servizio «Dab» c'è bisogno di nuovi ricevitori, che all'inizio costeranno non meno di 250-300 mila lire. Liz Forgan ha lanciato un appello ai costruttori di radio perché mettano quanto prima in commercio ricevitori digitali «ad un prezzo attraente per gli ascoltatori». E non ci sono dubbi che, lanciando la nuova forma di emissione, i costi degli strumenti caleranno.

AIDS

Infettato a 90 anni da prostituta

Un novantenne di West Palm Beach (Florida) ha detto di avere contratto il virus dell'Aids dopo essere stato morso da una prostituta che stava cercando di rubargli il portafogli. Ma gli avvocati della donna, Naomi Morrison, sostengono che la trasmissione del virus è avvenuta nel modo più classico, tramite un rapporto sessuale. Il fatto risale al 24 agosto scorso. L'uomo, del quale non è stata diffusa l'identità, era alla guida della sua auto quando la Morrison gli fece segno di fermarsi per chiedergli del denaro. In un baleno, secondo il resoconto della vittima, la donna balzò all'interno della vettura e tentò di afferrare il portafogli. Nella successiva colluttazione, Naomi Morrison morse l'uomo almeno tre volte (al braccio ed alla mano sinistri ed alla gamba destra) per poi fuggire con il bottino.

SESSO? SICURO!
1 dicembre: giornata Mondiale di Lotta contro l'Aids
con il preservativo in omaggio!
è in edicola il 27 novembre, non perderlo!