



Padova, 18 aprile 2024

OLTRE 600 PERSONE AGLI INCONTRI DEL PROGETTO UNIPD “INVECCHIARE BENE: ISTRUZIONI PER L'USO”

Temi affrontati e conferenze diffuse in tutti i quartieri le chiavi vincenti del ciclo

Il progetto di Terza Missione del dipartimento di Medicina Molecolare dell'Università di Padova “Invecchiare bene: istruzioni per l'uso”, che si è snodato attraverso un ciclo di incontri, da gennaio a marzo in tutti i sei quartieri della città oltre che nelle sale del Municipio, ha visto quest'anno la partecipazione di oltre 600 persone.

«Posso dire con grande piacere che gli incontri sull'invecchiamento attivo sono stati un successo – **spiega Paola Brun, referente del referente Commissione Terza Missione Dipartimento di Medicina Molecolare Unipd e responsabile del progetto Invecchiare bene: istruzioni per l'uso** –. Il risultato è molto positivo sia in termini di affluenza dei cittadini, sia per l'alto gradimento rilevato dai questionari compilati dai partecipanti. L'obiettivo dell'iniziativa era fornire in modo chiaro e accessibile conoscenze aggiornate sui processi di invecchiamento e sui modi per rallentarli, promuovendo al contempo una nuova idea di età anziana come età ancora ricca e piena di opportunità e stimoli. La partecipazione, sempre numerosa, testimonia il forte interesse della cittadinanza per le tematiche biomediche e bioetiche, oggetto della ricerca che si svolge nel nostro Dipartimento. Il ciclo di incontri, realizzato in partenariato con il Comune di Padova, ha visto – **conclude Brun** – una piena collaborazione tra istituzioni che ha permesso di accrescere la consapevolezza della popolazione rispetto agli strumenti che consentono di vivere anche questa fase della vita in modo pieno e consapevole».

L'iniziativa ha fornito indicazioni utili per prendersi cura di sé attraverso strategie che rallentano i processi di invecchiamento fisico e mentale e che aiutano l'integrazione e la partecipazione sociale.

Vere e proprie “istruzioni per l'uso” che hanno toccato temi importantissimi che fanno parte della vita di ognuno di noi, vuoi per esperienza personale o per vissuto di altri: invecchiamento cognitivo e dei sensi, importanza del microbiota e della nutrizione, i microbi, virus e funzione delle vaccinazioni, medicina rigenerativa, longevità e differenze di genere, muscoli, respiro, pianificazione delle cure e principi biologici alla base dell'invecchiare.

«Questo progetto, proposto dall'Università di Padova e diffuso sul territorio grazie a Prisma, è stato davvero un'opportunità per accrescere la consapevolezza sull'invecchiamento attivo – **commenta l'assessora al Sociale Margherita Colonnello** – e la grande partecipazione, che ha visto oltre seicento persone coinvolte negli incontri proposti, ci dà la percezione di quanta voglia di attenzione e di quanta voglia di stare insieme, ci siano. Penso che comunicare, informare i cittadini, in particolare i più anziani, su come prendersi cura di sé stessi, sia un valore aggiunto per la comunità. Non tutti, purtroppo, dispongono dei giusti mezzi per conoscere i benefici dei processi che sottendono ad un invecchiamento fisico e mentale che tuteli il diritto ad essere parte attiva della società. Ed è proprio su questo che vogliamo continuare a puntare per cercare di guardare con occhi diversi l'età anziana. Ringrazio l'Università, con la quale abbiamo condiviso questo cammino, e tutti coloro che a vario titolo hanno trattato con estrema professionalità temi che fanno parte della vita di ognuno di noi».

Ancora una volta il dipartimento di Medicina molecolare patavino ha messo a disposizione della comunità le sue competenze - dalla ricerca di base alla clinica, alla bioetica - e contribuito a promuovere una nuova cultura dell'età anziana. L'obiettivo principale del progetto era costruire una consapevolezza diffusa sia delle risorse per tutelare la salute fisica e psichica delle persone anziane, sia degli strumenti etico-giuridici per salvaguardare le loro scelte e la loro personalità.

All'interno del progetto scientifico gli incontri con la popolazione hanno avuto lo scopo di sviluppare nei cittadini la consapevolezza sia delle nuove risorse medico-biologiche disponibili per invecchiare al meglio, sia degli strumenti per far valere la loro volontà, anche nella fase finale della vita come, ad esempio il testamento biologico e la pianificazione condivisa delle cure.