

IN ABRUZZO OVER 65 PIÙ ATTIVI, MENO GIORNI DI MALATTIA MA MOLTI FARMACI

27 Settembre 2026



PESCARA – Gli over 65 abruzzesi dichiarano una buona qualità della vita e trascorrono meno giorni in condizioni di salute compromessa rispetto alla media nazionale, ma resta elevato il ricorso ai farmaci.

È quanto emerso a Teramo al convegno ‘Strategie di lunga vita: approccio multidisciplinare per invecchiare in salute’, promosso dalla Federazione Pensionati MCL e dalla Lilt di Teramo.

Secondo i dati dei sistemi di sorveglianza Passi d’Argento dell’Istituto superiore di sanità, gli over 65 abruzzesi parlano in media 2,9 giorni l’anno di salute compromessa, contro i 4,1 della media italiana.

Il 91% esprime inoltre un giudizio positivo sulla propria vita, rispetto a circa l’88% a livello nazionale.

Sul fronte degli stili di vita, il 44% degli anziani abruzzesi raggiunge i livelli raccomandati di attività fisica, contro circa il 38% in Italia.

Il 29% è inoltre considerato una risorsa attiva per la famiglia o la comunità, mentre il 16% rientra nella categoria della fragilità o della perdita di autonomia, rispetto a circa il 18% nazionale.

Tra le criticità emerge il consumo di farmaci: il 44% degli over 65 assume quattro o più medicinali al giorno. Un dato che, secondo la nota, si colloca in linea con i livelli nazionali e riflette la gestione delle patologie croniche associate all’invecchiamento.

La regione si distingue anche per la presenza di centenari, concentrati soprattutto nelle aree interne e montane.

Il progetto “CentEnari”, coordinato dall’Università degli Studi di Teramo, ha individuato circa 150 piccoli comuni con elevati tassi di longevità, in particolare nelle aree del Gran Sasso e Monti della Laga, della Majella, della Marsica e dell’entroterra tra Chieti e Pescara.

Tra i fattori studiati figurano attività fisica quotidiana, ambiente, tradizioni alimentari e il cosiddetto “sdijuno”, la tradizionale colazione contadina consumata a metà mattina.

Secondo la ricerca, oltre il 90% dei centenari intervistati avrebbe mantenuto questa abitudine, associata a una cena frugale

e a un lungo digiuno notturno.

Al convegno sono intervenuti, tra gli altri, il vescovo di Teramo-Atri Lorenzo Leuzzi, l'assessore regionale alle Politiche sociali Roberto Santangelo, il sindaco di Teramo Gianguido D'Alberto e il direttore dell'Asr Abruzzo Maurizio Brucchi.