

STUDIO STATUNITENSE

È provato: andare in pensione accorcia la vita

Smettere di lavorare aumenta il rischio di mortalità, indipendentemente dalla salute

di **UMBERTO TIRELLI**



Il pensionamento è uno dei più importanti processi di transizione dell'età avanzata. Ha un enorme impatto sulle risorse finanziarie delle persone, sulle attività quotidiane, sulle relazioni familiari e sociali. Negli ultimi decenni e fino a poco tempo fa, negli Stati Uniti e in molti altri Paesi sviluppati, i lavoratori sono andati in pensione in età più giovane rispetto all'attuale. Questa tendenza verso il pensionamento precoce, insieme a molti altri fattori demografici, compresi il calo dei tassi di fertilità, di un'aspettativa di vita prolungata e un ritardo nell'ingresso nel la-

voro da parte dei giovani adulti, ha contribuito ad un restringimento della popolazione lavorativa che potrebbe non essere fiscalmente in grado di sostenere la rapida crescita della popolazione pensionata.

Per alleviare la pressione fiscale, negli Stati Uniti l'età ammissibile per la richiesta dei pieni benefici pensionistici è stata gradualmente aumentata dai 65 ai 67 anni, e i benefici disponibili all'età di 62 anni sono stati ridotti. Più di recente la ricerca ha indicato una tendenza all'aumento dell'età pensionabile. Pertanto, è necessaria una migliore comprensione di come e se l'età della pensione influisce sulla salute dei pensionati e sulla loro longevità. Capire l'associazione tra l'età della pensione e la longevità ha importanti implicazioni sulla sopravvivenza

post-pensionamento e può chiarire i criteri per cui le politiche attuali incoraggiano i lavoratori ad andare in pensione più tardi.

In uno studio longitudinale basato sulla popolazione adulta statunitense, i ricercatori della Oregon State University hanno pubblicato sul *Journal of epidemiology and community health* 2016 che il pensionamento anticipato era associato a un aumento del rischio di mortalità, e una vita lavorativa prolungata poteva essere correlata a maggiore sopravvivenza tra i pensionati sani e meno sani, indipendentemente dallo stato sociodemografico, dallo stile di vita e dalla salute. Utilizzando una coorte di adulti statunitensi che non sono obbligati al pensionamento e con un regime pensionistico flessibile, i ricercatori Usa so-

no stati in grado di estendere una precedente ricerca dimostrando che il pensionamento posticipato era indipendentemente correlato a un ridotto rischio di mortalità. I risultati sono coerenti con le precedenti indagini nelle popolazioni austriache, tedesche, greche, svedesi e statunitensi e mostrando un rischio di mortalità maggiore associato al pensionamento anticipato.

I meccanismi che stanno dietro all'associazione dell'età pensionabile alla mortalità non sono generalmente compresi. Una possibile spiegazione è che il lavoro è una componente chiave delle persone, fornendo loro importanti risorse finanziarie, psicosociali e cognitive. Inoltre, la pensione potrebbe essere un evento di vita stressante associato al declino cognitivo, difficoltà nelle attività quotidiane, morbidità, ansia e depressione.

www.umbertotirelli.it

