

Conferenza del dott. Alfio Cimino sulla longevità presso l'Idroscalo dell'Aeronautica Militare di Siracusa

Data: 10 dicembre 2026 | Autore: Redazione



Longevità e ruolo della Geriatria in un mondo che cambia.

Si è svolta presso l'Idroscalo dell'Aeronautica Militare di Siracusa una conferenza dal titolo "Longevità e ruolo della Geriatria in un mondo che cambia", dedicata a uno dei temi di maggiore rilevanza sanitaria e sociale del nostro tempo, l'invecchiamento della popolazione e le sfide che esso pone al sistema assistenziale, alle istituzioni e alla collettività.

L'incontro, introdotto dal presidente dell'Associazione Arma Aeronautica, colonnello Girmena, ha visto come relatore il dott. Alfio Cimino, direttore dell'U.O.S.D. di Geriatria dell'ospedale Umberto I di Siracusa ed ex presidente regionale della SIGG (Società Italiana di Gerontologia e Geriatria) per la Sicilia.

Dinanzi a un pubblico numeroso e attento, il dott. Cimino ha sviluppato un'articolata riflessione sulle profonde trasformazioni demografiche che stanno interessando la nostra società, sottolineando come l'aumento dell'aspettativa di vita rappresenti una delle più significative conquiste della medicina e del progresso civile, ma imponga, al contempo, una profonda revisione dei modelli organizzativi dell'assistenza sanitaria e sociosanitaria.

L'invecchiamento della popolazione costituisce, infatti, un fenomeno strutturale destinato a incidere

sempre più sulla programmazione dei servizi, sulla sostenibilità del sistema sanitario e sulla qualità della vita delle persone. La crescente presenza di cittadini anziani, molti dei quali affetti da patologie croniche, pluripatologie e condizioni di fragilità, richiede risposte assistenziali diversificate, tempestive e integrate, capaci di coniugare appropriatezza clinica, continuità delle cure e attenzione alla dimensione umana della persona.

In tale contesto, la Geriatria assume un ruolo strategico e imprescindibile. Non si tratta soltanto di curare le malattie dell'età avanzata, ma di adottare una visione globale dell'anziano, che tenga conto della sua condizione clinica, delle capacità funzionali, dell'autonomia personale, dell'equilibrio psicologico e della rete di relazioni familiari e sociali.

Il dottm Cimino ha evidenziato, pertanto, la necessità di potenziare l'offerta sanitaria dedicata alla popolazione anziana, attraverso un incremento dei posti letto nei reparti di Geriatria, un adeguato sviluppo delle Residenze sanitarie assistenziali (RSA) e delle strutture di lungodegenza, nonché una presenza più capillare dei servizi geriatrici ambulatoriali e dell'assistenza domiciliare. Un sistema realmente efficace deve, infatti, saper rispondere alle diverse esigenze dell'anziano.

Accanto alla necessità di rafforzare i servizi sanitari, il dott. Cimino ha posto l'accento su un obiettivo altrettanto importante: non limitarsi ad aggiungere anni alla vita, ma fare in modo che gli anni conquistati siano vissuti nella migliore condizione possibile di salute, autonomia e benessere, ovvero preservando, il più a lungo possibile, le funzioni fisiche e cognitive, l'indipendenza e la partecipazione alla vita sociale.

Per raggiungere tale traguardo, assume particolare importanza la prevenzione, che deve accompagnare la persona lungo tutto l'arco della vita e non essere considerata una prerogativa esclusiva della giovinezza. L'attività fisica regolare, adeguata alle condizioni individuali, rappresenta uno strumento fondamentale per contrastare la perdita di massa muscolare, mantenere l'equilibrio, preservare la mobilità e ridurre il rischio di cadute, contribuendo così al mantenimento dell'autonomia.

Altrettanto rilevante è il ruolo dell'alimentazione. Il relatore ha richiamato i benefici della dieta mediterranea, modello nutrizionale riconosciuto per il suo valore nella promozione della salute, sottolineando l'importanza di un'alimentazione varia ed equilibrata, ricca di legumi, verdure, frutta, cereali integrali e pesce azzurro, con un consumo privilegiato di olio extravergine d'oliva.

Non meno importante la dimensione relazionale; coltivare amicizie, mantenere vivi i rapporti familiari, partecipare alle attività della comunità e dedicarsi a interessi culturali, ricreativi e intellettuali sono elementi essenziali per preservare il benessere psicologico e contrastare l'isolamento e la solitudine.

La longevità, non può essere considerata esclusivamente una questione sanitaria, è una sfida culturale, sociale e civile che coinvolge l'intera collettività. È necessario riconoscere negli anziani non soltanto persone che necessitano di assistenza, ma anche una preziosa risorsa di esperienza, memoria, conoscenze e valori da trasmettere alle nuove generazioni.

La conferenza ha offerto al pubblico un'importante occasione di approfondimento e di confronto su questioni destinate ad assumere un peso crescente nel prossimo futuro. Dalle riflessioni emerse si delinea un messaggio chiaro, quello di affrontare efficacemente le sfide dell'invecchiamento significa investire contemporaneamente nella qualità dei servizi sanitari, nella prevenzione, nella promozione di stili di vita salutari e nella costruzione di una società più inclusiva e attenta ai bisogni delle persone anziane.

Una sfida che interpella la medicina, le istituzioni e ciascun cittadino, chiamati insieme a costruire una società capace di riconoscere nella longevità una conquista da valorizzare.

Articolo scaricato da www.infooggi.it

<https://www.infooggi.it/articolo/conferenza-del-dott-alfio-cimino-sulla-longevita-presso-l-idroscalo-dell-aeronautica-militare-di-siracusa/156520>

