



## Barbara Masotti, Stefano Cavalli e Daniele Zaccaria

Barbara Masotti è ricercatrice senior presso il Centro competenze anziani del DEASS. Ha conseguito un Dottorato di ricerca in Socioeconomia presso l'Università di Ginevra.

Stefano Cavalli è Professore ordinario in Percorsi di vita e invecchiamento e Responsabile del Centro competenze anziani del DEASS. Ha conseguito un Dottorato di ricerca in Sociologia presso l'Università di Ginevra.

Daniele Zaccaria è ricercatore presso il Centro competenze anziani del DEASS. Ha conseguito un Dottorato di ricerca in Sociologia economica presso l'Università degli Studi di Brescia.

## Centenari e demografia: perché contare non basta

Per comprendere realmente il mondo dei centenari, non basta contare quante persone raggiungono i cento anni. Occorre esplorare in profondità le loro condizioni di vita e di salute, le risorse di cui dispongono e i bisogni che caratterizzano questa fase della vita. Per riuscirci, è fondamentale includere nelle indagini anche le persone più fragili e meno rappresentate, restituendo così un quadro realistico, articolato e diversificato della vita oltre i cento anni. L'articolo presenta lo studio SWISS100, illustrandone le scelte metodologiche e alcuni risultati, come esempio concreto di questa prospettiva.

L'aumento della longevità è uno dei tratti più rilevanti delle trasformazioni demografiche contemporanee. Comprendere l'invecchiamento della popolazione non significa soltanto misurare quante persone raggiungono traguardi anagrafici avanzati, ma anche interrogarsi su chi siano queste persone, su come vivano e in quali condizioni attraversino le fasi più estreme del percorso di vita. In questo senso, lo studio dei fenomeni demografici è chiamato non solo a contare, ma anche a produrre rappresentazioni sufficientemente granulari e inclusive dei gruppi che studia, capaci di cogliere le dimensioni relazionali, istituzionali e di vissuto dell'invecchiamento.<sup>[1-2]</sup>

### Una visibilità statistica recente

Negli ultimi anni i centenari<sup>[3]</sup> – intesi come le persone che hanno cento o più anni – sono diventati sempre più visibili nel dibattito pubblico. La loro crescita numerica viene spesso citata come uno degli aspetti più evidenti dell'invecchiamento

della popolazione, al punto da non suscitare quasi più particolare stupore. Eppure, in Svizzera, la possibilità stessa di disporre di dati statistici su questa popolazione è relativamente recente.

Solo a partire dalla seconda metà degli anni 2010, infatti, la statistica pubblica distingue in modo esplicito la fascia di età "100 e più", consentendo un conteggio separato delle persone precedentemente incluse nella categoria residuale dei "99 e più". Da quel momento, una pagina dedicata dell'Ufficio federale di statistica (UFS)<sup>[4]</sup> mette a disposizione alcune informazioni di base sui centenari: il loro numero secondo il cantone, il sesso e lo stato civile. Un passaggio che segna il riconoscimento dei centenari come gruppo demografico distinto. Secondo i dati più recenti, nel 2024 in Svizzera c'erano 2'198 centenari, di cui 171 residenti in Ticino.

### Non solo misurare ma comprendere

Le informazioni disponibili a livello statistico consentono di seguire l'evoluzione nel tempo della popolazione centenaria, ma offrono indicazioni limitate sulle loro caratteristiche e condizioni di vita. Si tratta di dati essenziali per monitorare il fenomeno, ma che non permettono di comprenderne appieno la dimensione sociale ed esistenziale.

Un'altra criticità riguarda molte ricerche campionarie sulla popolazione anziana. In questi studi, le persone che vivono in istituto o che presentano fragilità fisiche e cognitive sono spesso escluse. Si tratta di persone solitamente definite "hard to reach", perché difficili da contattare e coinvolgere con gli strumenti standard di indagine e quindi frequentemente sottorappresentate.

[1] Pesando, L. M., Dorélien, A., St-Denis, X., & Santos, A. (2023). Demography as a field: Where we came from and where we are headed. *Canadian Studies in Population*, 50, 4. <https://doi.org/10.1007/s42650-023-00076-8>

[2] Vaupel, J. W. (2010). Biodemography of human ageing. *Nature*, 464, 536–542. <https://doi.org/10.1038/nature08984>

[3] Nel testo il termine "centenari" è usato come maschile sovraesteso, secondo l'uso convenzionale della lingua italiana.

[4] <https://www.bfs.admin.ch/bfs/it/home/statistiche/popolazione/invecchiamento/persone-centenarie.html>

Quando le persone residenti in casa per anziani o con problemi cognitivi restano fuori dai dati, il rischio è quello di scambiare una parte per il tutto. Nel caso dei centenari, ciò può tradursi in una sovrastima dell'autonomia e del benessere e in una sottovalutazione della dipendenza e del bisogno di supporto, contribuendo a una rappresentazione parziale della longevità estrema.

Un'ulteriore selettività emerge nell'orientamento di una parte della ricerca scientifica sui centenari, che negli ultimi decenni si è concentrata soprattutto sugli aspetti biologici e genetici, con l'obiettivo di comprendere i meccanismi della longevità eccezionale.<sup>[5]</sup> Questi contributi possono, seppur involontariamente, rafforzare un'immagine dei centenari come individui eccezionalmente resistenti, attenuando la complessità delle loro traiettorie di vita.

Nel loro insieme, questi elementi mostrano come la longevità estrema possa risultare ben documentata sul piano numerico, ma meno conosciuta nelle sue condizioni concrete di vita. Per colmare questa distanza è necessario sviluppare disegni di ricerca capaci di includere anche le situazioni più fragili e meno visibili.

---

### Lo studio SWISS100

Realizzato tra il 2020 e il 2025 grazie al finanziamento principale del Fondo nazionale svizzero per la ricerca scientifica e con il contributo della Fondazione Minerva, lo studio longitudinale nazionale SWISS100 ha voluto offrire una fotografia articolata delle condizioni di vita e di salute dei centenari del nostro Paese. Il progetto ha riunito competenze provenienti da più discipline – la biologia, la geriatria, la psichiatria, la psicologia e la sociologia – per integrare l'analisi dei fattori biologici con quella delle dimensioni sociali, relazionali e istituzionali dell'invecchiamento estremo.

Un elemento qualificante dello studio è stata la scelta di adottare strategie specifiche per includere anche le persone più difficili da coinvolgere nelle indagini tradizionali. In particolare, sono stati sistematicamente inclusi i residenti delle case per anziani e i centenari con importanti limitazioni fisiche o cognitive, prevedendo modalità di partecipazione flessibili e, quando necessario, il ricorso a informatori di riferimento che hanno risposto come *proxy*.<sup>[6]</sup>

Questa impostazione ha permesso di ampliare il perimetro della ricerca e di ridurre il rischio di una rappresentazione selettiva della longevità.

---

### Il reclutamento dei partecipanti

SWISS100 ha coinvolto le tre principali regioni linguistiche della Svizzera, con l'obiettivo di reclutare 80 centenari per ciascuna area, per un totale di 240 partecipanti. In Ticino, al momento dell'avvio dello studio, la lista anagrafica ufficiale dei centenari residenti contava 147 persone effettivamente domiciliate nel cantone. L'obiettivo di coinvolgerne 80 significava quindi includere oltre la metà della popolazione eleggibile; un traguardo particolarmente ambizioso in una fascia di età caratterizzata da elevata mortalità. Per raggiungere il numero previsto è stato necessario procedere in modo progressivo, integrando nel campione anche le persone che nel frattempo avevano compiuto 100 anni e comparivano nelle liste aggiornate nei mesi successivi.

Dal punto di vista operativo, il reclutamento ha richiesto un lavoro accurato di verifica dei dati di contatto e delle condizioni di eleggibilità. In diversi casi è stato necessario accertare se la persona risultasse ancora residente allo stesso indirizzo o se fosse nel frattempo entrata in una casa per anziani mantenendo il domicilio anagrafico precedente. Una volta accertati i recapiti, il primo contatto è avvenuto per telefono, spesso tramite un familiare o un curante, che segnalava eventuali difficoltà sensoriali, condizioni di salute compromesse o limitazioni cognitive rilevanti. Oltre alle fonti ufficiali, in alcune situazioni, informazioni utili alla localizzazione dei centenari sono giunte da canali informali, come le comunicazioni pubbliche in occasione dei festeggiamenti per il centesimo compleanno. Questo insieme di passaggi evidenzia come il reclutamento di persone molto anziane richieda procedure attente e flessibili, pur partendo da basi anagrafiche ufficiali.

---

### La partecipazione dei centenari e delle loro persone di riferimento

In Ticino, il tasso di adesione alla prima rilevazione è stato del 56%. I principali motivi di rifiuto riguardavano problemi di salute o preoccupazioni legate all'impegno richiesto dalla partecipazione.

Il grado di coinvolgimento diretto dei centenari variava in funzione delle loro condizioni cognitive e di salute: alcuni hanno preso parte a interviste complete, mentre altri hanno partecipato a versioni parziali. Complessivamente, tra i partecipanti alla prima rilevazione, circa il 46% ha risposto direttamente, mentre il restante 54% ha partecipato tramite un informatore di riferimento.

[5] Jopp, D. S., Boerner, K., Ribeiro, O., & Rott, C. (2016). Life at age 100: An international research agenda for centenarian studies. *Journal of Aging & Social Policy*, 28(3), 133–147. <https://doi.org/10.1080/08959420.2016.1161693>

[6] Zaccaria, D., Falciola, J., Masotti, B., von Gunten, A., Herrmann, F., Jopp, D. S., & Cavalli, S. (2025). Data quality in centenarian research: The proxy-centenarian relationship and item nonresponse in the SWISS100 study. *PLoS ONE*, 20(1), e0311847. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0311847>

Il ruolo di questi informatori, in particolare familiari, ma anche amici, curatori e personale delle case per anziani, è stato centrale nello studio SWISS100. Oltre a facilitare il contatto con i centenari, hanno fornito informazioni in qualità di "proxy", rispondendo a un questionario dedicato o, nei casi in cui il centenario non fosse in grado di partecipare, rispondendo per lui.

Nel corso del tempo, la partecipazione ha subito un calo significativo, dovuto principalmente ai decessi. A sei mesi, poco più della metà del campione iniziale ( $n = 42$ ) ha preso parte alla seconda rilevazione; dopo un anno, il numero si è ridotto a 23; nell'ultima rilevazione, solo 7 interviste sono state ancora realizzabili, di cui una direttamente con un centenario.

---

## L'eterogeneità dei centenari

I dati raccolti nello studio forniscono una visione dettagliata e sfaccettata della popolazione centenaria, mettendo in luce la varietà di condizioni e percorsi di vita che caratterizzano questa fascia di età.

Il campione ticinese è composto prevalentemente da donne (87%). La maggior parte ha perso il coniuge, mentre una quota significativa (21%) non si è mai sposata. Le condizioni economiche risultano spesso modeste: quasi due centenari su tre vivono con un reddito mensile pari o inferiore a 3'600 CHF, e uno su tre segnala difficoltà ad arrivare a fine mese.

Dal punto di vista abitativo, sette centenari su dieci vivono in una casa per anziani. Tra chi vive al proprio domicilio, quattro su dieci abitano da soli; chi convive, invece, lo fa spesso con un figlio o con una figlia. Sul piano funzionale, l'autonomia nelle attività quotidiane è rara e la stragrande maggioranza dipende dall'aiuto di altri per lo svolgimento delle attività di base della vita quotidiana (ad esempio, lavarsi e vestirsi). Nonostante ciò, oltre la metà dei centenari percepisce positivamente la propria salute e dichiara di essere soddisfatta della propria vita.

Le reti sociali tendono a essere ristrette e concentrate su poche persone, in primo luogo i figli, quando presenti. Quasi la metà dichiara di vedere o sentire regolarmente non più di due familiari al mese, anche se con queste persone i contatti sono spesso frequenti, almeno settimanali, talvolta quotidiani. Circa un quarto dei centenari dichiara di sentirsi solo spesso e una quota comparabile qualche volta. Per chi vive a domicilio, il sostegno ricevuto combina spesso aiuti familiari e interventi professionali, ad esempio per la gestione della casa, l'igiene perso-

nale o la presenza costante. Nelle case per anziani, queste necessità sono coperte principalmente dal personale della struttura, mentre familiari e amici continuano a fornire un contributo importante, soprattutto sul piano relazionale (compagnia e supporto emotivo) o amministrativo.<sup>[7]</sup>

I risultati evidenziano una forte eterogeneità della popolazione centenaria. Alcuni conservano autonomia nella maggior parte delle attività quotidiane, molti necessitano di un supporto costante; altri sono circondati da numerosi familiari, altri hanno contatti sociali limitati; alcuni vivono ancora a casa da soli, mentre la maggioranza risiede in istituto. I percorsi di invecchiamento risultano molto diversi e sono il prodotto di un intreccio complesso di fattori personali, sociali e ambientali.

La convivenza con la vulnerabilità non esclude il benessere. Molti centenari mostrano capacità di adattamento che consentono di affrontare le difficoltà quotidiane e di mantenere, nonostante tutto, una qualità di vita soddisfacente.

---

## Il valore della ricerca inclusiva nello studio dell'età molto avanzata

Studiare persone che hanno superato i cento anni non è semplice. In questa fase della vita sono frequenti condizioni di fragilità fisica e cognitiva, elevata dipendenza dall'aiuto di terzi e un rischio di mortalità particolarmente elevato, elementi che rendono complessa ogni fase della ricerca. Il reclutamento e la partecipazione, sia diretta sia tramite *proxy*, richiedono quindi procedure specifiche e una notevole flessibilità organizzativa. Affrontare queste sfide ha però un valore fondamentale: permette di restituire un quadro più completo e realistico della vita dei centenari, andando oltre le sole informazioni anagrafiche o le rappresentazioni idealizzate della longevità. La loro partecipazione, insieme a quella dei familiari e dei *caregiver*, consente di comprendere meglio le condizioni di vita, le reti di supporto e le strategie di adattamento in età molto avanzata. Per la ricerca sull'invecchiamento e per le politiche rivolte agli anziani, includere anche popolazioni fragili e difficili da raggiungere significa produrre dati e conoscenze più utili, realistiche e socialmente rilevanti.

[7] Masotti, B., Zaccaria, D., von Gunten, A., Herrmann, F., Jopp, D. S., & Cavalli, S. (2025). Centenarians' care arrangements: insights from the Swiss Centenarian Study. *International Journal of Care and Caring*. (published online). <https://doi.org/10.1332/23978821Y2025D000000158>