

Conversazione con Eufemia Porta e Maria Drago, due residenti di 100 e 101 anni dell'Assisi Centre Aged Care

Alcune riflessioni sulla longevità

Secondo l'AIHW (Australian Institute of Health and Welfare), l'aspettativa di vita media per i cittadini australiani ha subito notevoli miglioramenti in ambo i sessi nell'ultimo secolo e gli esperti dicono che la vita si sia allungata di 33-34 anni dagli inizi del Novecento. In Italia, secondo i dati Istat, negli ultimi 10 anni i centenari sono passati da 11mila a oltre 14mila, quelli di 105 anni e oltre sono più che raddoppiati, da 472 a 1.112, con un incremento del 136%.

La questione sembra difficile da spiegare, soprattutto perché le persone di cui parliamo sono nate prima dell'introduzione degli antibiotici e delle rivoluzioni sanitarie del secolo scorso.

Abbiamo così rivolto una serie di domande a Eufemia Porta e Maria Drago, due residenti ultracentenarie dell'Assisi Aged Care che hanno condiviso con noi alcune riflessioni sulla vita e sulle speranze delle future generazioni. Maria è nata il 25 gennaio del 1918 in provincia di Vicenza ed è arrivata in Australia 66 anni fa con tre bambini piccoli: "Per i primi tre anni ho vissuto insieme ai miei figli in un garage. Oggi chi arriva vuole tutto, ma noi non avevamo niente, e anche meno di niente".

Eufemia è nata il 22 gennaio 1919 a Fabbriche di Vallico (Lucca) ed è sbarcata a Melbourne nel 1957 insieme alla figlia per raggiungere il marito: "Abitavamo in un'unica stanza tutti insieme, poi dopo un anno abbiamo preso casa a Fitzroy con qualche comfort in più".

Avreste mai immaginato di vivere fino a 100 anni?

"Quando mi chiedono come ho fatto o cosa ho mangiato per arrivare alla mia età, io rispondo 'Polenta e formaggio, minestrone e ogni tanto una gallina' e sei arrivata!", risponde Maria, ed Eufemia continua: "Io non ne ho idea di come ho fatto, nella mia famiglia sono la prima a raggiungere questo traguardo tra i



A sinistra Maria Drago, 101 anni insieme a Eufemia Porta, 100 anni

miei 10 fratelli e sorelle".

Come affrontate il pensiero della morte?

"Dicono che risusciteremo!", dice Maria, ed Eufemia ribatte: "Quando arriva, arriva; non dico di voler morire però non ho paura". "Leggi e scrivi, non ti dimenticare se vuoi che la tua memoria ti possa restare": questo è il pensiero che aiuta Maria a mantenersi in forma e giovane; infatti, tra le sue passioni c'è quella di scrivere poesie. Eufemia ha lavorato sempre e questo dice di averla aiutata a mantenersi sempre attiva.

Pensi che i giovani oggi ottengano tutto più facilmente di quando siete cresciute voi?

A questa domanda le due centenarie hanno risposto con molta sensibilità: "La risposta più ovvia è sì, oggi è tutto più facile. Ma in realtà, problemi come acquistare una casa o trovare un lavoro mi sembrano più difficili da affrontare". Eufemia esprime il suo pen-

siero sul come da una parte oggi sembra tutto più facile e se anni fa i figli dovevano ascoltare i genitori, sembra che oggi in molti casi siano i figli a stabilire le regole. D'altro canto, i giovani oggi sono più sensibili e hanno più difficoltà nell'affrontare i tempi duri, quando si presentano.

Avevi molti giocattoli da bambina?

Maria racconta che era la più piccola della famiglia e per questo ricevette in dono una bambola: "Le mie sorelle si ingelosirono e finì che durante un litigio la bambola si ruppe, a me rimase la testa e alle mie sorelle le gambe! Ero io il giocattolo della famiglia, mia sorella sapeva cucire e mi vestiva sempre come una bambola".

Qual è stata, secondo voi, la migliore invenzione nell'arco della vostra vita?

"Se torniamo indietro nel tempo, non si riescono a contare le invenzioni che hanno cambiato questo mondo da quando siamo nate: il

computer è in cima alla lista. La lavatrice sicuramente ha reso la vita più facile perché prima si andava al fiume per lavare i panni, e ci si andava a piedi invece oggi si va ovunque con la macchina", racconta Maria. "Tutto è cambiato, prima usavamo il fuoco per cucinare invece del gas, il ferro da stiro era pesantissimo (fino a 10 chili) e ci dovevi inserire il carbone che poteva bruciare i vestiti", ha raccontato Eufemia. Tra le invenzioni elencate dalle due centenarie ci sono anche le scoperte in campo medico, il telefono, l'aereo e la lavastoviglie.

In conclusione, potreste condividere con le generazioni più giovani qual è secondo voi il segreto della felicità?

"Accettare quello che la vita ti dà, avere sempre un atteggiamento positivo": questo il pensiero di Eufemia. "I segreti nella vita non ci sono; sono stata fortunata perché ho avuto un bravo marito e una bella famiglia", ha detto Maria.

Amore e rispetto per il prossimo sono tra i sentimenti più preziosi che si possano imparare nella vita: "Non essere egoista e non essere razzista: tratta il prossimo con gentilezza": un altro pensiero di Maria.

Bisogna certamente mettere queste riflessioni in prospettiva e capire gli atti traumatici che queste persone hanno affrontato nel corso della loro vita.

Erano ragazzine quando si sono avventurate su una nave per raggiungere l'altro lato del mondo senza mai guardarsi indietro, hanno cresciuto i loro figli in un Paese straniero, hanno vissuto periodi di depressione, ma proprio per questo hanno sviluppato un meccanismo di difesa dallo stress e un atteggiamento positivo, e questo sembra essere il segreto per una vita lunga e felice.

Le due residenti non si conoscevano, ma affermano che ora sia nata un'amicizia e a fine intervista per la foto si sono tenute per mano.

ROBERTA VITIELLO