



Intelligenza artificiale e anziani: più veloce di quanto si pensi, e già una realtà.

1 settembre 2026

Questo articolo è stato scritto da Elizabeth Mestheneos, in rappresentanza della nostra associazione greca [di donne over 40](#).

«Se chiedete alla maggior parte delle persone se gli anziani "usano l'intelligenza artificiale", la risposta che ne deriva, persino da colleghi benintenzionati che si occupano di politiche per l'invecchiamento, è un'alzata di spalle o un sospiro riguardo al divario digitale. È ora di sfidare questo riflesso automatico.»

La velocità che nessuno si aspettava

L'intelligenza artificiale (IA) si sta diffondendo più rapidamente di qualsiasi altra tecnologia di uso generale nella storia. Ci sono voluti trent'anni perché l'elettricità raggiungesse la maggior parte delle aree rurali, molto tempo dopo che le aree urbane erano state cablate. I personal computer hanno impiegato vent'anni per arrivare nella maggior parte delle case. Persino Internet, la tecnologia più rapida della sua epoca, ha impiegato circa cinque anni per raggiungere i livelli di adozione che l'IA ha raggiunto in due anni. Solo negli Stati Uniti, l'utilizzo dell'IA tra i dipendenti è raddoppiato in due anni, dal 2023 al 2025: dal 20% al 40%.

Le persone anziane fanno parte di questa storia, che ne siano consapevoli o meno, e interagiscono con l'intelligenza artificiale, ad esempio per le previsioni del tempo, i consigli sulla salute, gli avvisi antifrode delle banche, i suggerimenti di percorso sul telefono, la traduzione automatica, eppure non definiranno tutto ciò come "adozione dell'IA". Gran parte del dibattito pubblico sugli anziani e l'IA presuppone ancora una netta divisione digitale, del tipo "tutto o niente". La realtà tra le persone anziane è più complessa, più dinamica e decisamente più incoraggiante.

Ciò che il deficit di narrazione non coglie

Non mancano certo le ricerche sugli anziani e la tecnologia – anzi, forse ce ne sono fin troppe, e la maggior parte di esse ripete lo stesso punto di partenza: gli anziani sono indietro, gli anziani sono cauti, gli anziani sono a rischio, affermazioni a volte del tutto vere. Ma questa è solo metà del quadro, la metà che viene raccontata.

L'altra metà: l'utilizzo di Internet tra le persone con più di 65 anni negli Stati Uniti è passato dal 14% nel 2000 al 90% entro il 2024, quasi colmando il divario con gli adulti più giovani. Il possesso di smartphone e la banda larga domestica tra gli anziani sono aumentati da percentuali a una sola cifra a metà degli anni 2000 alla maggioranza in quindici anni. Gli anziani non hanno rifiutato Internet o lo smartphone. Sono arrivati più tardi, per ragioni identificabili, e poi hanno in gran parte colmato il divario.

L'intelligenza artificiale sta seguendo la stessa traiettoria, e ci sono i primi segnali che indicano un'accelerazione del processo, non un rallentamento, perché l'interfaccia (una voce, una chat, una foto) è più semplice di qualsiasi interfaccia, persino di quella di un computer o di uno smartphone di prima generazione.

Perché cautela, non incapacità.

Quando le persone anziane si mostrano restie ad adottare l'intelligenza artificiale, le ragioni raramente dipendono dall'incapacità. Piuttosto, si tratta di fiducia, di difficoltà nel comprendere il potenziale utilizzo che essa può avere per loro personalmente e di priorità legittime:

- La fiducia nelle informazioni generate dall'IA raddoppia approssimativamente dopo averle effettivamente provate (34% tra i non utenti, 70% tra gli utenti): la cautela è un punto di partenza, non una caratteristica immutabile.
- Interrogati sul perché esitano a utilizzare l'intelligenza artificiale per questioni sanitarie, la ragione principale addotta dagli anziani non è la paura della tecnologia, bensì la semplice preferenza per una spiegazione diretta da parte del medico. Sappiamo per esperienza personale che molti anziani verificano il parere del medico con il feedback dell'IA!
- Le preoccupazioni relative alla privacy, all'utilizzo dei dati e alla responsabilità prevalgono su quelle relative all'usabilità. Le persone anziane non dicono "non posso", bensì "dimostratemi che è sicuro e che merita la mia fiducia": una posizione del tutto ragionevole, condivisa sempre più anche dagli utenti più giovani.

Le vere linee di demarcazione: reddito, istruzione, alfabetizzazione, non l'età.

Se esiste un vero e proprio divario, questo è dovuto molto più al reddito e all'istruzione che all'età in sé. Gli anziani a basso reddito si trovano ad affrontare il divario più marcato di qualsiasi altro gruppo: circa il 40% delle famiglie a basso reddito non possiede un computer o una connessione a banda larga domestica,

a fronte di una diffusione quasi universale tra le famiglie con redditi più elevati. Solo circa un quarto degli anziani europei possiede attualmente competenze digitali di base.

È proprio qui che l'argomentazione dell'articolo diventa pratica anziché astratta. La comunicazione basata principalmente sul testo – la modalità predefinita della maggior parte dei documenti programmatici, compresa gran parte di ciò che AGE Platform Europe e le sue organizzazioni affiliate producono – presuppone un livello di fluidità e sicurezza nella lettura che una parte consistente degli europei più anziani, in particolare quelli con un'istruzione meno formale, non possiede. Le prove dimostrano costantemente che abbinare immagini e video a testi brevi migliora la comprensione e la memorizzazione proprio per questo gruppo. Formati semplici, visivi, multimodali e senza bisogno di app non rappresentano una semplificazione per il pubblico più anziano, bensì una comunicazione efficace, punto e basta.

Cosa significa questo per AGE Platform Europe e per alcuni dei suoi membri

1. Smettiamola di sottolineare le carenze. Ogni comunicazione che inizia con "gli anziani hanno difficoltà con la tecnologia" rafforza l'esclusione che pretende di contrastare. Concentriamoci invece sui dati concreti e in rapida crescita relativi all'utilizzo della tecnologia.
2. Bisogna distinguere tra accesso (la persona anziana possiede il dispositivo/la connessione), abilità (sa usare il dispositivo) e fiducia (ci crede?). Questi fattori hanno cause diverse e richiedono soluzioni diverse. Confonderli produce raccomandazioni vaghe che non risolvono nulla.
3. Progettare programmi in base al reddito e all'alfabetizzazione, non all'età. Le divisioni più marcate sono quelle economiche e quelle legate all'istruzione. I programmi rivolti esclusivamente alla categoria "anziani" in generale non raggiungeranno gli anziani a basso reddito e con un basso livello di alfabetizzazione che ne hanno più bisogno.
4. Comunicare nel modo che, secondo le evidenze scientifiche, funziona. Materiale multimediale, con testi brevi e incentrato sulle immagini, non perché le persone anziane non sappiano leggere, ma perché è più efficace per tutti.

La tecnologia che si è diffusa più rapidamente nella storia dell'umanità è già entrata a far parte della vita quotidiana di milioni di anziani. La domanda da porsi non è se riusciranno a recuperare il terreno perduto – i dati suggeriscono che lo stiano già facendo – ma se le organizzazioni che dovrebbero rappresentarli si adegueranno a questo fatto. Celebriamo il fatto che l'intelligenza artificiale sia davvero utile. Non scoraggiamo gli anziani dall'utilizzarla. Forse dovremmo creare una sezione dedicata alle esperienze dei nostri membri, individualmente o collettivamente, che hanno trovato l'intelligenza artificiale davvero utile?