

White Paper
Centro Studi IQVIA Italia

I Nuovi Senior e le Strategie per Rimanere in Salute

IQVIA osservatorio salute 2026



Indice

Dalla longevità all'healthy ageing	1
La salute è la prima priorità dei nuovi Senior	2
Prevenzione significa controlli, ma anche relazioni e vita attiva	3
La salute è importante, ma si convive con condizioni croniche	4
Dall'intenzione ai comportamenti di prevenzione	5
Molta informazione, più difficile tradurla in azione	6
Medico, farmacista e web: un ecosistema informativo ibrido	7
La farmacia: prossimità, frequenza e fiducia	8
Conclusioni e raccomandazioni	9

La salute è la prima priorità degli over 60, ma convivere con più condizioni croniche rende ancora difficile trasformare consapevolezza in comportamenti quotidiani di prevenzione. I risultati di IQVIA Osservatorio Salute 2026 delineano una generazione attenta e informata, impegnata ad affrontare condizioni croniche e fattori di rischio ma anche capace di interpretare la prevenzione in modo ampio — controlli, alimentazione, relazioni, benessere psicologico e vita attiva — e di riconoscere nel medico e nel farmacista i principali riferimenti di fiducia per la gestione della salute.

Dalla longevità all'healthy ageing

L'allungamento dell'aspettativa di vita rappresenta una delle trasformazioni più rilevanti che le società contemporanee dovranno affrontare. La sfida, tuttavia, non consiste soltanto nel vivere più a lungo, ma nel preservare il più possibile autonomia, capacità funzionale, partecipazione sociale e qualità della vita. L'Organizzazione mondiale della sanità definisce infatti l'healthy ageing come il processo di sviluppo e mantenimento della capacità funzionale che consente il benessere in età avanzata. In questa prospettiva, invecchiare in salute non significa necessariamente essere privi di malattie: anche chi convive con condizioni croniche può mantenere un buon livello di benessere se dispone delle capacità personali, delle relazioni e dei servizi necessari per avere una qualità di vita e un benessere soddisfacenti.

La capacità funzionale comprende la possibilità di soddisfare i propri bisogni, prendere decisioni, muoversi, mantenere relazioni e contribuire alla società. Ne deriva una concezione dell'invecchiamento che supera il solo perimetro clinico: la salute dipende dall'interazione fra condizioni fisiche e mentali, comportamenti, ambiente di vita, relazioni e accessibilità dei servizi. La stessa OMS, nell'ambito del Decennio dell'Invecchiamento in Buona Salute 2021-2030¹ (<https://www.who.int/initiatives/decade-of-healthy-ageing>) richiama la necessità di cure integrate e centrate sulla persona, comunità favorevoli all'invecchiamento e un coinvolgimento attivo degli anziani nelle decisioni che li riguardano.

1. The United Nations Decade of Healthy Ageing (2021–2030) is a global collaboration, aligned with the last ten years of the Sustainable Development Goals, to improve the lives of older people, their families, and the communities in which they live. The World Health Organization was asked to lead the implementation of the Decade in collaboration with the other UN organizations and serves as the Decade Secretariat. Governments, international and regional organizations, civil society, the private sector, academia and the media are encouraged to actively contribute to achieving the Decade's goals through direct action, partnering with others, and by participating in the [Healthy Ageing Collaborative](#).

È in questo scenario che si collocano i “nuovi Senior”: una popolazione non omogenea, con condizioni, capacità e aspettative molto diverse, ma accomunata da una crescente attenzione alla salute e dal desiderio di continuare a vivere in modo autonomo, attivo e relazionale. La sorveglianza PASSI d’Argento dell’Istituto Superiore di Sanità (<https://www.epicentro.iss.it/passi-argento/>)² adotta a sua volta una lettura integrata, osservando insieme salute percepita, cronicità, autonomia, benessere psicologico, partecipazione sociale, accesso ai servizi e comportamenti preventivi.

I dati di IQVIA Osservatorio Salute 2026 permettono di comprendere come questa trasformazione venga vissuta dagli italiani. L’indagine è stata condotta online su un campione di circa 1.000 individui rappresentativi della popolazione adulta italiana (18+) di cui 262 over 60.³

- 2. PASSI d’Argento (PdA) è il sistema di sorveglianza dedicato alla popolazione anziana, di 65 anni e più, che completa il quadro offerto dalla sorveglianza [PASSI](#) dedicata agli adulti. Come il sistema di sorveglianza PASSI, anche PdA si caratterizza come una sorveglianza in sanità pubblica che raccoglie informazioni, dalla popolazione generale residente in Italia, su salute e fattori di rischio comportamentali connessi all’insorgenza o alle complicanze delle malattie croniche non trasmissibili, ma anche informazioni su molti aspetti volti a descrivere la qualità di vita e i bisogni di cura e assistenza delle persone ultra 65enni, con uno sguardo nuovo al fenomeno dell’invecchiamento, a partire dalla definizione di “invecchiamento sano e attivo” voluta dall’Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS).
- 3. Osservatorio Salute IQVIA — indagine continuativa aggiornata annualmente, condotta su un campione di 1000 italiani rappresentativi della popolazione adulta (over 18) finalizzata a monitorare orientamenti e comportamenti degli italiani nella gestione della salute.

La salute è la prima priorità dei nuovi Senior

La salute è la priorità assoluta: **per l’84% degli over 60 mantenersi in salute è una delle principali priorità di vita**, rispetto al 77% della popolazione complessiva. Seguono la famiglia, indicata dal 60% dei Senior rispetto al 53% del totale, e una buona disponibilità economica, rilevante per il 47% contro il 43%. Figura 1

Figura 1: La salute è al primo posto fra le priorità dei senior

Le priorit  di vita – Top 5



Fonte: IQVIA Osservatorio Salute 2026

La centralità della salute non sembra esprimere esclusivamente preoccupazione per l'insorgenza delle malattie. Al contrario, riflette un'idea più ricca di benessere. Per il **79% degli over 60 la salute è un concetto ampio, "essere in salute" significa soprattutto avere un buon equilibrio tra salute fisica e benessere mentale**, quota leggermente superiore al 77% rilevato nella popolazione generale. Solo una minoranza pensa la salute in modo più riduttivo: il 13% associa la salute principalmente all'assenza di disturbi o malattie.

Questo dato rappresenta uno dei tratti distintivi dei nuovi Senior. La salute non è interpretata soltanto come risultato di controlli, diagnosi e terapie, ma come una condizione complessiva che consente di mantenere progettualità, relazioni e partecipazione. È una concezione molto vicina al paradigma dell'healthy ageing: non soltanto "curare ciò che non funziona", ma preservare ciò che permette alla persona di continuare a vivere in modo soddisfacente.

Prevenzione significa controlli, ma anche relazioni e vita attiva

Chiare anche le strategie per invecchiare in salute: innanzitutto i **controlli preventivi anche in assenza di disturbi**, citati dal 61% contro il 51% della popolazione generale e al 44% degli under 35, ma anche attenzione all'alimentazione, scelta dal 58% dei Senior rispetto al 49% del totale.

Accanto a queste dimensioni più tradizionali della prevenzione emergono però fattori sociali e relazionali. Il **41% degli over 60 considera importante mantenere una vita socialmente stimolante**, fatta di amici, viaggi e hobby, rispetto al 35% del totale; il **38% attribuisce valore a una famiglia o a una relazione affettiva appagante**, contro il 27% della popolazione complessiva. Meno sensibilità soprattutto rispetto ai giovani sul tema del benessere psicologico, indicato dal 36% dei Senior, rispetto al 49% degli under 35, segnale della crescente condizione di disagio psicologico che le nuove generazioni stanno affrontando.

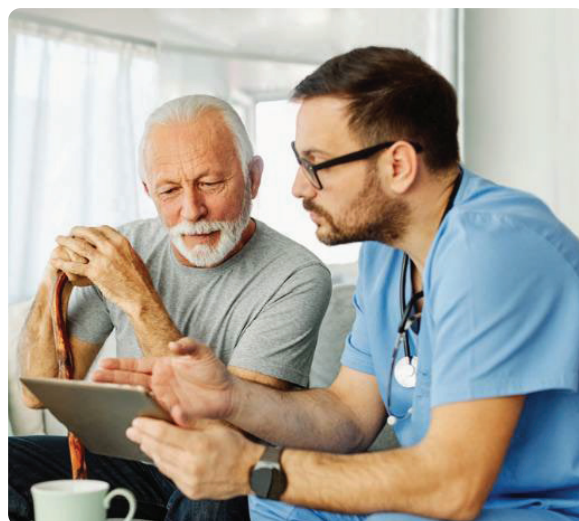
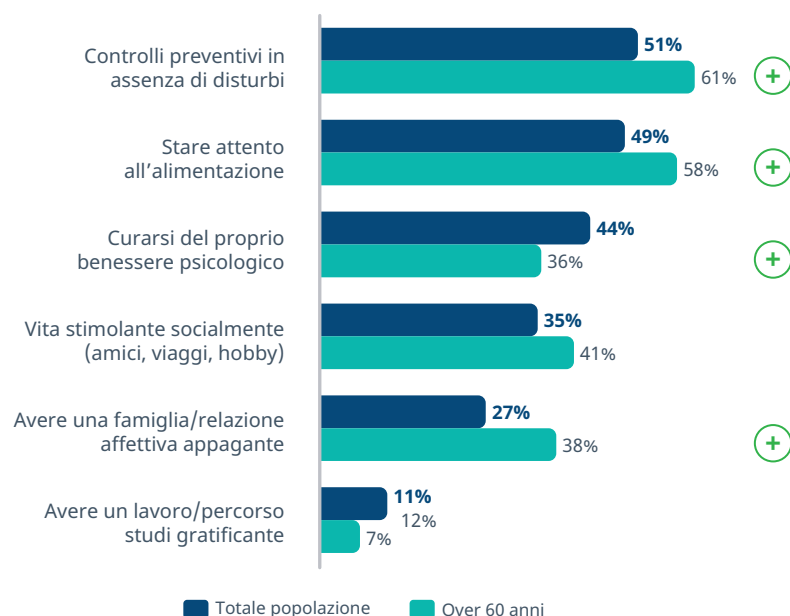
La fotografia suggerisce che, con l'avanzare dell'età, le relazioni acquistino una rilevanza centrale all'interno delle strategie di salute. La socialità non è semplicemente un elemento accessorio del tempo libero: nella percezione dei Senior diventa una componente del "vivere bene" e mantenersi in salute, insieme alla prevenzione sanitaria e all'alimentazione.

Ne deriva una visione multidimensionale della prevenzione. Visite ed esami restano fondamentali, ma non esauriscono le strategie necessarie per sostenere un invecchiamento in salute



Figura 2: Le strategie per invecchiare in salute: controlli, alimentazione, affettività

Aspetti importanti per invecchiare in salute



Fonte: IQVIA Osservatorio Salute 2026

La salute è importante, ma si convive con condizioni croniche

Alla forte centralità attribuita alla salute corrisponde una fotografia oggettivamente complessa. L' Osservatorio Salute 2026 mette in luce un quadro di fragilità diffuse: **l'85% degli over 60 convive con due o più condizioni croniche**, il 58% segnala sovrappeso o obesità, rispetto al 47% della popolazione generale; raddoppiano i fattori di rischio cardiovascolari: il 42% soffre di ipertensione, contro il 21% del totale, e il 39% ha valori elevati di colesterolo o trigliceridi, rispetto al 22% della popolazione generale.

Rilevante anche il peso di condizioni che possono incidere sulla qualità della vita quotidiana. Tra i Senior, i dolori articolari o reumatici raggiungono il 28%, rispetto al 16% del totale; l'affaticamento o la stanchezza cronica il 14%, contro l'11%; l'insonnia il 15%, rispetto al 12%. I problemi oncologici sono riferiti dal 9% degli over 60, a fronte del 5% nella popolazione generale.

La percezione soggettiva riflette questa complessità: soltanto **l'11% degli over 60 valuta il proprio stato di salute molto buono o eccellente**, rispetto al 31% della popolazione generale. I nuovi Senior non sembrano ignorare la propria fragilità, ma mostrano una consapevolezza che sembra rafforzare il desiderio di attivarsi per promuovere il benessere, a condizione della possibilità di una rete di supporto che garantisca una presa in carico reale e una gestione efficace delle condizioni croniche.

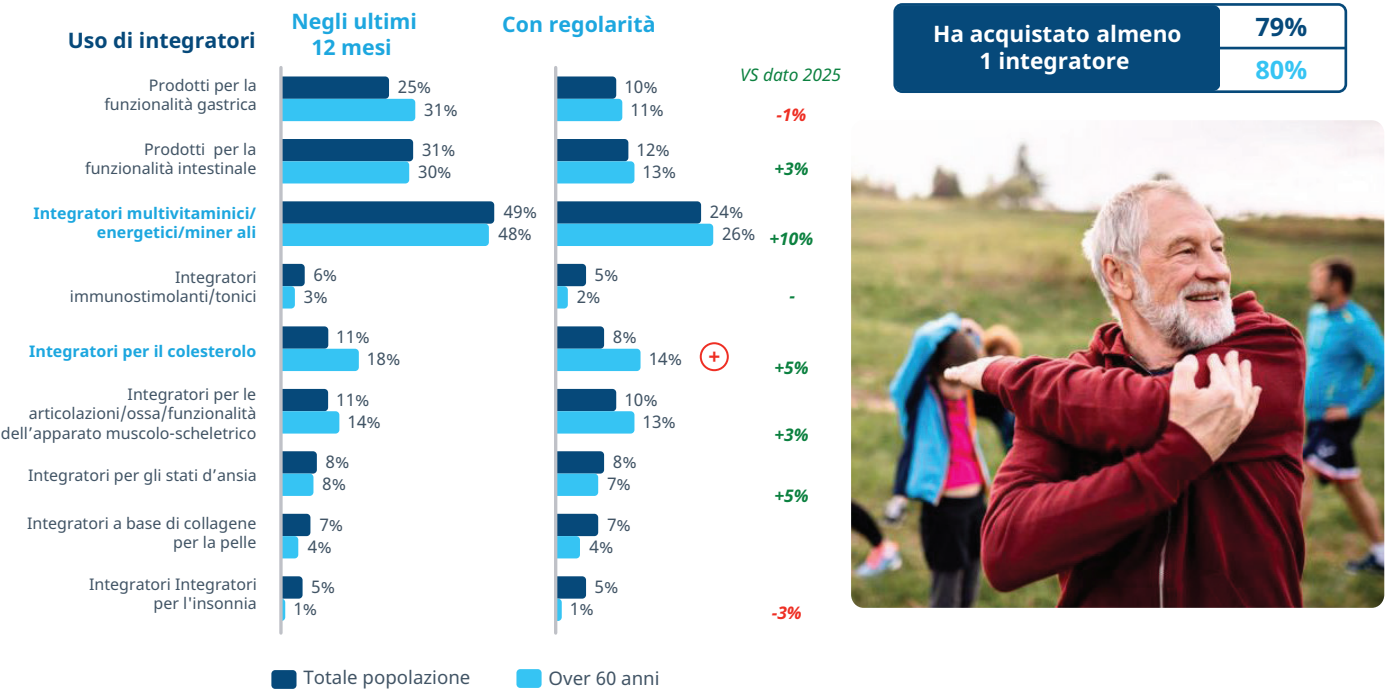
Dall'intenzione ai comportamenti di prevenzione

Ne deriva un approccio alla salute sempre più consapevole e proattivo: il **68% degli over 60 afferma di adottare quotidianamente comportamenti salutari** rispetto al 55% della popolazione totale **impegnandosi anche sul fronte dei controlli medici**: nell'ultimo anno, l'82% degli over 60 ha effettuato esami del sangue, contro il 72% della popolazione generale; il 56% ha svolto visite specialistiche, rispetto al 44%; il 24% esami diagnostici quali radiografie, TAC o ecografie, contro il 20%. Per i controlli dentali la quota è invece identica, pari al 38%.

Anche rispetto alle vaccinazioni i Senior si mostrano più proattivi rispetto alla popolazione generale, anche se i dati mostrano ampi margini di miglioramento: il 38% degli over 60 ha fatto la vaccinazione anti-influenzale, rispetto al 22% della popolazione totale e il 50% intende farla il prossimo autunno (contro il 30% della popolazione totale).

Ulteriore segnale di attenzione alla promozione del benessere riguarda il diffuso ricorso dei Senior ad integratori, come risposta ad un bisogno di prevenzione e mantenimento di una buona forma fisica e mentale: l'80% degli over 60 dichiara di avere acquistato almeno un integratore nell'ultimo anno. Tra i Senior emergono soprattutto multivitaminici e prodotti per il controllo del colesterolo. Figura 3

Figura 3: Cresce complessivamente l'uso di integratori nei Senior, soprattutto multivitaminici e integratori per il colesterolo



Fonte: IQVIA Osservatorio Salute 2026

Molta informazione, più difficile tradurla in azione

Anche sul piano dell'informazione i dati mostrano una popolazione Senior tutt'altro che passiva: **il 75% degli over 60 cerca attivamente informazioni per gestire la propria salute**, rispetto al 78% del totale. La quota è inoltre cresciuta rispetto al 67% rilevato nel 2025.

Cercare informazioni, però, non equivale necessariamente a saperle utilizzare. Soltanto il **41% degli over 60 infatti dichiara di sapere cosa fare per prevenire i problemi di salute e di riuscire effettivamente a prendersi cura di sé nella vita quotidiana**. Il 46% afferma di sapere, almeno in linea teorica, cosa dovrebbe fare, ma di incontrare spesso difficoltà nell'attivarsi; l'11% non sa bene come prevenire i problemi di salute e il 2% dichiara di non occuparsene perché sta bene.

È questo uno degli insight più importanti dell'Osservatorio: **il principale gap non riguarda tanto l'accesso all'informazione, ma la sua trasformazione in capacità di azione**.

Fondamentale in questo senso rendere l'informazione comprensibile, rilevante per il singolo individuo, inserita nell'ambito di una relazione fra medico e paziente efficace e continuativa nel tempo.

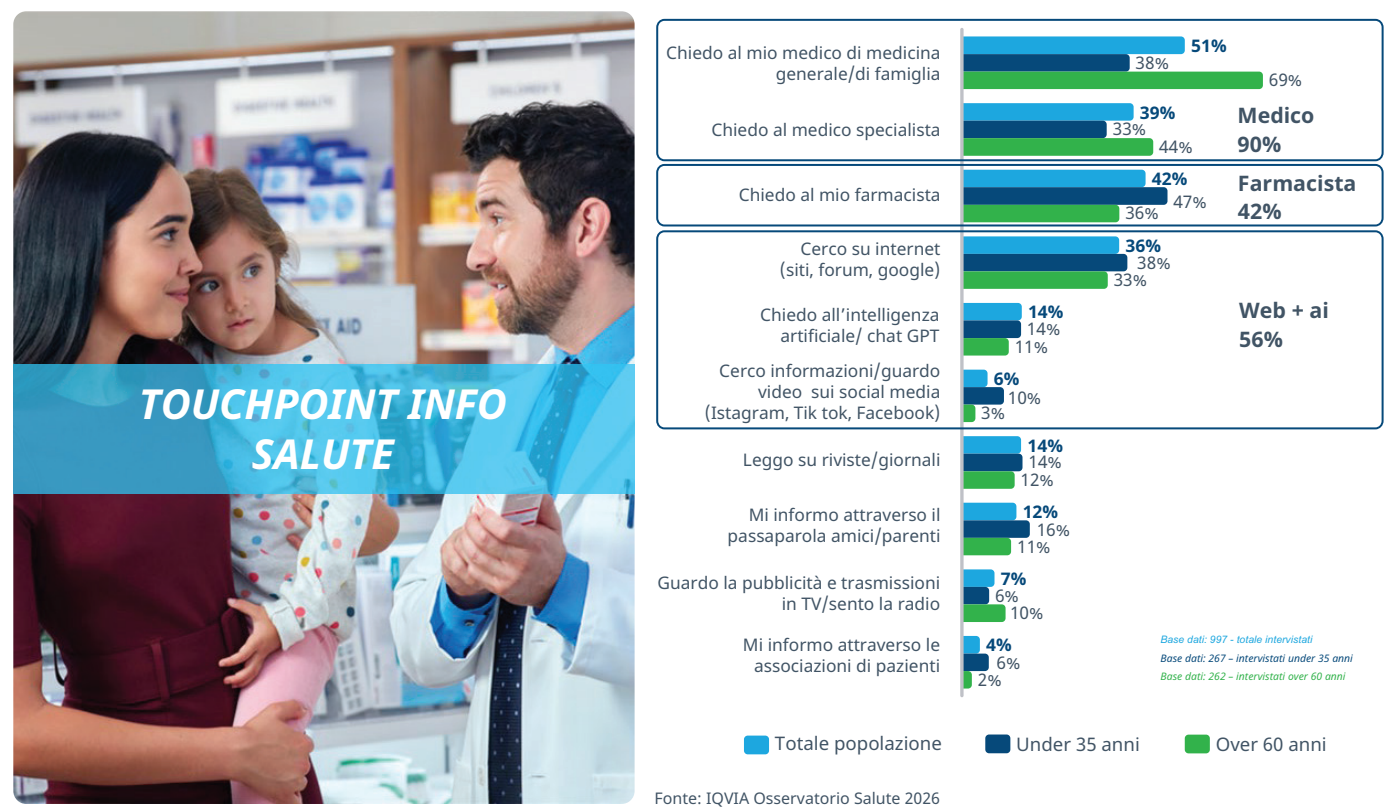
Un esempio è rappresentato dal rischio cardiovascolare. Nella popolazione complessiva analizzata, quasi la metà delle persone classificate a rischio medio-alto non si percepisce come tale, indicando un gap tra presenza dei fattori di rischio, percezione personale e conseguente attivazione.



Medico, farmacista e web: un ecosistema informativo ibrido

Fondamentale in questo senso la rete di touchpoint informativi: tra gli over 60, il medico di medicina generale è il riferimento prioritario per il 69%, una quota nettamente superiore al 51% della popolazione complessiva. Seguono lo specialista, riferimento per il 44% contro il 39% della popolazione generale. Accanto al medico da segnalare l'importanza del farmacista, riferimento per il 36% dei senior e di internet (47%), diventato sempre più un riferimento informativo cross generazionale.

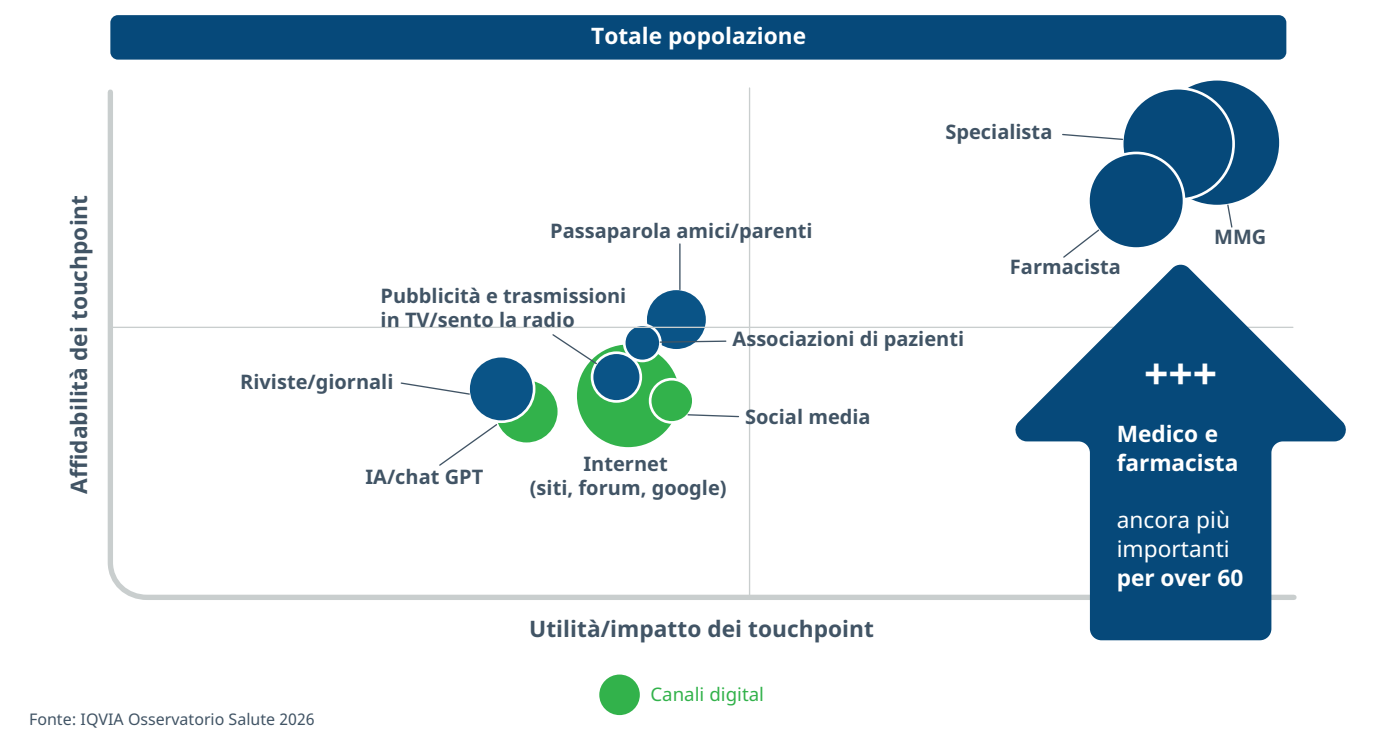
Figura 4: Fonti di informazione utilizzate



L'approccio all'informazione è ibrido: intorno al medico e al farmacista ruotano in modo sinergico e complementari anche tutti gli altri canali informativi, che ad oggi appaiono – soprattutto per i Senior – ancora poco affidabili e poco rilevanti nell'orientare le decisioni e le scelte di salute.

Medico e farmacista si confermano trasversalmente alle generazioni i referenti più affidabili e influenti, mentre internet, AI, social, media e passaparola appaiono più segmentanti. Ne consegue che il digitale può ampliare l’accesso alle informazioni, ma l’interpretazione e la trasformazione delle informazioni in decisioni e comportamenti continuano a richiedere riferimenti riconoscibili e credibili. (Figura 5)

Figura 5: Medico e farmacista si confermano referenti di fiducia, trasversalmente alle generazioni, più segmentanti gli altri canali



La farmacia: prossimità, frequenza e fiducia

Un ultimo aspetto da sottolineare riguarda l’evoluzione del ruolo della farmacia, che sta assumendo un ruolo chiave come hub di salute di prossimità per i cittadini sia a supporto della cura delle condizioni croniche sia come interlocutore di riferimento per la prevenzione e l’empowerment.

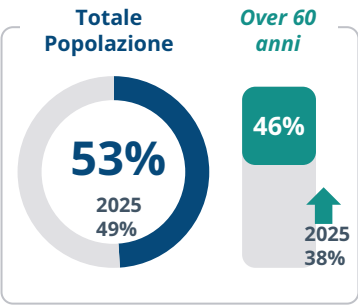
Nel quotidiano il rapporto dei Senior con la farmacia è particolarmente significativo: tra gli over 60, il **77% dichiara di avere una farmacia di fiducia e di frequentarla almeno una volta al mese, 1 su 3 la frequenta settimanalmente**. Driver di scelta della farmacia sono principalmente – soprattutto per i Senior – fiducia e relazione con il farmacista, prossimità e disponibilità dei prodotti.

In questo quadro si inserisce la crescita della **farmacia dei servizi, un ruolo chiave a supporto dei cittadini per semplificare e favorire l’accesso alla prevenzione e al monitoraggio delle cure**.

Oggi **oltre circa la metà dei Senior (46%) ha utilizzato almeno un servizio in farmacia oltre all'acquisto di medicinali**, un dato in crescita rispetto all'anno precedente (38%). La fruizione si concentra soprattutto su servizi diagnostici: al primo posto gli esami strumentali (18%) , **il servizio CUP per la prenotazione di esami (17%)**, **gli esami del sangue in farmacia (12%)**.

Figura 6: 1 su 2 senior fruiscono di servizi in farmacia

Ha utilizzato i servizi aggiuntivi della farmacia oltre all'acquisto dei medicinali...



Servizi piu' utilizzati	Totale popolazione	Over 60 anni
Servizio CUP pubblico per la prenotazione di visite ed esami	16%	17%
Esami del sangue	18%	12%
Esami strumentali	16%	18%
Consuling (dermatologico, nutrizionale)	10%	5%
Partecipazione a programmi di screening	5%	4%



La farmacia sta assumendo un ruolo chiave per rispondere non solo a bisogni sanitari “tradizionali”, ma per intercettare anche nuovi bisogni di prevenzione, monitoraggio, benessere e accesso semplificato alla cura.

Fonte: IQVIA Osservatorio Salute 2026

Conclusioni e raccomandazioni

I nuovi Senior attribuiscono alla salute priorità assoluta e ne hanno una visione ampia, che comprende benessere fisico e psicologico, autonomia, relazioni e partecipazione sociale. A questa consapevolezza si contrappone tuttavia una condizione di crescente complessità: l'85% convive con condizioni croniche e solo l'11% valuta il proprio stato di salute molto buono o eccellente. Pur mostrando una particolare attenzione ai controlli, all'alimentazione e alla ricerca di informazioni, meno della metà degli over 60 riesce a tradurre stabilmente le conoscenze acquisite in comportamenti quotidiani di prevenzione e autocura.

In questo contesto la sfida è quella di intervenire per:

- favorire una presa in carico personalizzata delle cronicità, mettendo in rete gli stakeholder di fiducia: medico di medicina generale, specialisti, farmacista.
- valorizzare la farmacia come presidio di prossimità in rete con gli altri attori, a supporto della prevenzione e della cura, favorendo l'accesso ai servizi.
- andare oltre l'informazione per rafforzare l'empowerment, la consapevolezza e la capacità di gestire attivamente la propria salute.

Significa passare da interventi frammentati a un **ecosistema di prevenzione e cura accessibile e coordinato**, capace di trasformare la crescente consapevolezza in comportamenti sostenibili e di preservare il più a lungo possibile autonomia, benessere e qualità della vita delle nuove generazioni di Senior.

About the authors



ISABELLA CECCHINI

Senior Principal, Direttrice Divisione Primary Market Research, Responsabile Centro Studi IQVIA Italia

Isabella Cecchini è Senior Principal, Direttrice della Divisione Primary Market Research e Responsabile del Centro Studi di IQVIA Italia. Docente a contratto presso il Corso di Laurea Magistrale in Psicologia dell'Università Vita-Salute San Raffaele di Milano, ricopre anche il ruolo di Vicepresidente di ASSIRM. Ha oltre vent'anni di esperienza nelle ricerche sociali e di mercato, nell'analisi dei dati e nella consulenza nel settore sanitario. È particolarmente interessata alla prospettiva del paziente e agli aspetti organizzativi del Sistema sanitario. Ha sviluppato numerosi progetti in partnership con Istituzioni, Società Scientifiche e Associazioni di pazienti sui temi della prevenzione, della comunicazione sulla salute, dell'impatto delle patologie sulla qualità di vita, dei patient needs e delle health policies.



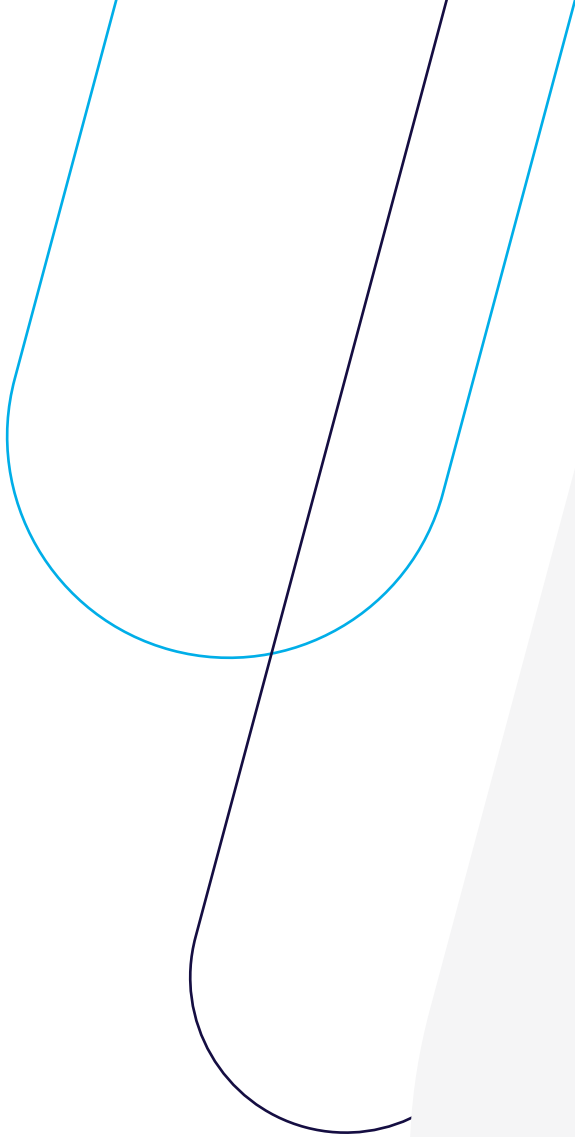
LUCREZIA GUERRA

Consultant, Quantitative Research IQVIA

Lucrezia Guerra ha conseguito la Laurea Triennale in Economia e la Laurea Magistrale in Marketing Management presso l'Università Commerciale Luigi Bocconi (Milano, Italia).

Attualmente ricopre il ruolo di Consultant nel Team Quantitative PMR (Primary Market Research) di IQVIA, a partire da Maggio 2022.

In precedenza ha maturato esperienza nel settore delle ricerche di mercato quantitative presso due diversi Istituti di ricerca a partire dal 2017.



CONTACT US

CentroStudi_Italia@iqvia.com

iqvia.com