

SaronnoNews

La generazione sandwich su Rai Radio 1: dal nostro sondaggio al confronto con gli esperti

Ilaria Notari · Thursday, February 26th, 2026

La **generazione sandwich** è stata al centro della puntata di mercoledì 25 febbraio di *Formato Famiglia*, la trasmissione di Rai Radio 1 condotta da **Diana Alessandrini**. Un approfondimento dedicato a quella fascia d'età – tra i 40 e i 60 anni – che si trova stretta tra figli che crescono e genitori che invecchiano, con un doppio carico di responsabilità che spesso diventa difficile da sostenere.

Durante la trasmissione si è parlato anche del [progetto che abbiamo avviato come VareseNews](#) per indagare questa condizione attraverso un sondaggio e la raccolta di testimonianze. Un'indagine che prende spunto dall'incontro in programma il 26 marzo a Materia Spazio Libero (via Confalonieri 5, Sant'Alessandro di Castronno) con la psicoterapeuta **Laura Turani**, dedicato alla “stagione delle schiacciate”: un appuntamento che ha acceso l'attenzione su una realtà diffusa ma ancora poco nominata e che ha dato avvio alla decisione di strutturare un approfondimento più ampio ([Prenota qui il tuo posto](#)).

I numeri del sondaggio

Il questionario ha raccolto oltre 300 testimonianze da più di 150 comuni, principalmente tra la provincia di Varese e i territori limitrofi, con alcune risposte anche da fuori regione.

Uno dei dati più significativi riguarda la solitudine: su una scala da 1 a 10, la media si attesta intorno al 6, ma il 44% delle persone si colloca tra 8 e 10. Un livello alto, che racconta quanto il carico di cura venga vissuto spesso in modo isolato. Il 13% dichiara di aver lasciato o interrotto l'attività lavorativa per far fronte alle responsabilità familiari. Oltre la metà continua a lavorare, ma con grandi difficoltà di conciliazione. Il 70% si occupa dei figli in casa e contemporaneamente assiste genitori che non vivono sotto lo stesso tetto, con un impatto logistico che si somma a quello emotivo.

Accanto ai numeri, le storie: giornate scandite “come un cronometro”, carriere ridimensionate, malattie improvvise che cambiano l'equilibrio familiare, senso di affaticamento costante.

Il punto di vista degli esperti

Nel corso della trasmissione, **Alberto Pellai** ha definito quella della generazione sandwich “una novità nella storia delle famiglie occidentali”. Si diventa genitori più tardi, ha spiegato, e allo stesso tempo si hanno genitori molto anziani grazie all'allungamento dell'aspettativa di vita. “Due

generazioni che hanno bisogno di cura e accompagnamento mentre chi sta nel mezzo è nel pieno della propria vita lavorativa”.

Nel suo studio, ha raccontato, non è raro sentire persone dire semplicemente: “Non ce la faccio più”. Il rischio è quello di un sovraccarico che può portare a esaurimento emotivo. Tra i suggerimenti, la necessità di chiedere aiuto e di imparare a distinguere ciò che è essenziale da ciò che non lo è: concentrarsi sulla salute e sul benessere dell’anziano, evitando di riattivare conflitti del passato che non aiutano nella fase della cura.

Alessandra Minello ha inquadrato il fenomeno dal punto di vista strutturale. “Il nostro welfare è centrato sulla famiglia – ha osservato – ma si basa su equilibri demografici che non esistono più”. Il carico di cura ricade in misura maggiore sulle donne, con conseguenze evidenti sul lavoro e sulla salute. L’assenza di strumenti adeguati di tutela per chi si occupa di familiari non autosufficienti porta spesso a ridurre l’impegno professionale o ad abbandonarlo, ampliando le disuguaglianze.

Il racconto continua

Frammenti di vita che confermano che il “carico di cura” non è solo un numero, ma un impatto diretto sulla salute, sul lavoro e sulle prospettive di vita di chi assiste. **Vuoi raccontarci anche tu la tua storia?** Bastano tre minuti: le vostre risposte ci permetteranno di costruire una mappa del carico di cura nel Varesotto.

This entry was posted on Thursday, February 26th, 2026 at 6:49 pm and is filed under [Brianza](#). You can follow any responses to this entry through the [Comments \(RSS\)](#) feed. You can skip to the end and leave a response. Pinging is currently not allowed.