



Sports and Physical Activity Through the Life Course: Experiences of Discrimination in Older Italian Sexual Minority Adults

Chiara Antonucci, Fabio Lucidi, Andrea Micoli & Roberto Baiocco

Department of Developmental and Social Psychology, Sapienza University of Rome

XXXVI Congresso Nazionale AIP- Sezione Sviluppo,

Cagliari,

19-21 Settembre, 2024

Focus sulle persone anziane

Il numero di persone anziane sta aumentando a un ritmo più rapido rispetto ad altre fasce d'età

World Social Report (2023) prevede che il numero di persone anziane sarà più che raddoppiato, passando da 761 milioni nel 2021 a 1,6 miliardi nel 2050 (<https://unric.org/it/the-world-social-report-2023/>)

Di fronte a tale prospettiva, risulta fondamentale analizzare i processi di invecchiamento al fine di favorire il benessere e i diritti di tutte le persone anziane

Definizione e componenti dell'invecchiamento sano

Invecchiare in modo sano va al di là del non avere patologie e può esser ricondotto a tre elementi (Rowe & Khan, 1987):

- (1) *moderata predisposizione alla malattia e alla disabilità* derivante dalla stessa, intendendo con questo non solo l'assenza di patologie in sé, ma anche l'insieme dei fattori di rischio che potrebbero determinarle;
- (2) *buone capacità cognitive e fisiche*, che si riferiscono non solo a ciò che una persona fa, ma soprattutto a ciò che potenzialmente potrebbe fare;
- (3) *impegno nell'aver una vita attiva*, che fa riferimento a varie forme di ingaggio sia da un punto di vista relazionale che di attività svolte socialmente.

La World Health Organization (WHO) prescrive un minimo di 150 minuti di attività fisica (AF) moderata e/o un massimo di 75 minuti di AF intensa a settimana per le persone anziane (World Health Organization, 2010).

Persone LGBTQ+, sport e attività fisica



La letteratura sembra concorde nel mettere in luce come *stressors* da minoranza sia prossimali sia distali siano causa di una minore partecipazione ai contesti sportivi e di AF da parte delle persone LGBTQ+ (Baiocco et al., 2023)

e che tale esclusione incida fortemente anche sul loro benessere fisico e psicologico, soprattutto nell'età anziana (Pistella et al., 2024)

Sport e AF in persone anziane LGBTQ+

Diversi studi hanno riconosciuto il ruolo di promozione della salute psicofisica e sociale che lo sport e l'AF rappresentano nella popolazione anziana (Avila et al., 2018; 2021; Martínez-Moreno et al., 2020; Richards et al., 2015).

Altre ricerche hanno indagato il benessere e l'accesso delle persone LGBTQ+ nei contesti sportivi e di attività fisica (Baiocco et al., 2018; Cunningham et al., 2018; Lindström & Rosvall, 2020; Pharr et al., 2021; Pistella et al., 2024).

La letteratura che ha indagato le esperienze uniche delle persone anziane LGBTQ+ nei contesti sportivi sembra ancora in via di sviluppo.

Pochi gli studi che hanno sistematizzato proposte di intervento per garantire l'accoglienza e il benessere delle persone anziane LGBTQ+ nei contesti sportivi e di AF.

Conclusioni

- Lo studio sembra sottolineare la gamma di **fattori di stress prossimali e distali** che le persone partecipanti incontrano e hanno incontrato nei contesti sportivi e di AF;
- Le narrazioni delle persone partecipanti hanno messo in luce la **manca di accoglienza e conoscenza** delle tematiche LGBTQ+ nei contesti sportivi e di AF, sottolineando la presenza ancora oggi di una forte matrice di discriminazione;
- Si colloca nella crescente linea di ricerca che sottolinea la necessità di creare **contesti sicuri e affermativi** per tutte le persone LGBTQ+ di qualsiasi età.

Riferimenti bibliografici

- Baiocco, R., Pistella, J., & Rosati, F. (2023). *Atlante LGBTQ+: Coming out e relazioni familiari. Dimensioni evolutive e cliniche*. McGraw-Hill Education.
- Baiocco, R., Pistella, J., Salvati, M., Ioverno, S., & Lucidi, F. (2018). Sports as a risk environment: Homophobia and bullying in a sample of gay and heterosexual men. *Journal of Gay & Lesbian Mental Health*, 22(4), 385–411.
- Cunningham, G. (2012). A multilevel model for understanding the experiences of LGBT sport participants. *Journal for the Study of Sports and Athletes in Education*, 6(1), 5–20.
- Daniel, H., & Butkus, R. Health (2015). Lesbian, gay, bisexual, and transgender health disparities: executive summary of a policy position paper from the American College of Physicians. *Annual International Medicine*, 163(2), 135–137.
- Fredriksen-Goldsen, K. I., Kim, H. J., Shiu, C., Goldsen, J., & Emlen, C. A. (2015). Successful aging among LGBT older adults: Physical and mental health-related quality of life by age group. *The Gerontologist*, 55(1), 154–168
- Hargie, O. D., Mitchell, D. H., & Somerville, I. J. (2017). “People have a knack of making you feel excluded if they catch on to your difference”: Transgender experiences of exclusion in sport. *International Review for the Sociology of Sport*, 52(2), 223–239.
- Lindström, M., & Rosvall, M. (2020). Sexual identity and low leisure-time physical activity: A population-based study. *Public Health*, 182, 77–79.
- Meyer, I. H. (2003). Prejudice, social stress, and mental health in lesbian, gay, and bisexual populations. *Psychological Bulletin*, 129(5) 674–697.
- Mereish, E. H., & Goldstein, C. M. (2020). Minority stress and cardiovascular disease risk among sexual minorities: Mediating effects of sense of mastery. *International Journal of Behavioral Medicine*, 27, 726–736. <https://doi.org/10.1007/s12529-020-09919-z>
- Pharr, J. R., Flatt, J. D., Chien, L. C., Kachen, A., & Olakunde, B. O. (2021). Exercise as a mitigator of poor mental health among lesbian, gay, and bisexual adults. *Journal of Physical Activity and Health*, 18(5), 548–556. <https://doi.org/10.1123/jpah.2020-0703>
- Pistella, J., Baiocco, R., Antonucci, C., Alessandri, G., Alivernini, F., Borghi, A. M., Filosa, L., Fini, C., Palombi, T., Tavolucci, S., & Lucidi, F. (2024). Older LGBT+ Adults and Physical Activity: A Systematic Review of Qualitative and Quantitative Data. *Sexuality Research and Social Policy*.
- Slevin, K. F., & Linneman, T. J. (2010). Old gay men’s bodies and masculinities. *Men and Masculinities*, 12(4), 483–507. <https://doi.org/10.1177/1097184X08325225>
- World Health Organization (WHO) (2010). *Global recommendations on physical activity for health*. World Health Organization. Retrieved

Vi ringrazio per la vostra attenzione



chiara.antoniucci@uniroma1.it