

I PATRIMONI DEL FUTURO

È tempo di pianificare la longevità

Salute, patrimonio e buone abitudini: prepararsi a vivere più a lungo significa pianificare oggi la libertà e la qualità degli anni che verranno. A partire da un'attenta pianificazione finanziaria, elaborata da un professionista

di Enrico Maria Cervellati

Ho 51 anni e ogni tanto mi immagino a 80. Non è facile, non perché mi spaventi l'idea di invecchiare, ma perché il cervello fatica a immaginarsi in una persona così lontana nel tempo.

Il present bias.

L'economista comportamentale Hal Hershfield lo ha dimostrato con un celebre esperimento: mostrare alle persone una versione invecchiata di sé stesse le aiuta a visualizzare il proprio "io futuro" e a contrastare il present bias, che ci porta a dare troppo peso al presen-

te. Anni fa mi sono divertito con una di quelle app che ti mostrano invecchiato. Il risultato mi ha lasciato a bocca aperta: ero praticamente identico a mio padre!

Mio "babbo" – come diciamo in Romagna – oggi ha 80 anni e ha affrontato seri problemi di salute.

I progressi della medicina stanno facendo la loro parte, ma questa esperienza mi ha spinto a chiedermi cosa possa fare io, oggi, per aumentare le probabilità di arrivare a quell'età nelle migliori condizioni possibili. Da tempo lavoro con Manuel Salvadori, biologo nutri-



ABITUDINI
PICCOLI
COMPORTAMENTI
COSTANTI
DANNO EFFETTI
COMPOSTI
SU SALUTE E
PATRIMONIO

zionista, che mi ha fatto conoscere il biohacking: strategie, supportate dalla scienza, per ottimizzare salute e prestazioni fisiche e mentali.

Il peso delle scelte.

Da questa collaborazione è nato un libro che stiamo scrivendo insieme sul parallelo tra biohacking e finanza comportamentale.

Il principio è lo stesso: non sono i gesti eclatanti a fare la differenza, ma le abitudini. Piccoli comportamenti ripetuti con costanza sfruttano il tempo come alleato e producono un effetto composto.

Vale per il patrimonio come per il corpo, la mente e la longevità. La longevità è probabilmente l'unico rischio che tutti speriamo di correre, eppure è anche quello per cui ci prepariamo meno. Per decenni abbiamo pianificato una pensione di dieci o quindici anni; oggi potremmo viverne trenta o quaranta. Non è una pensione più lunga, ma una nuova fase della vita. Lo stesso present bias ci porta a rimandare



La nuova equazione non riguarda solo quanto a lungo vivremo, ma come vivremo gli anni guadagnati. La longevità è una delle più grandi conquiste dell'epoca

la previdenza complementare, le coperture assicurative – come la Long Term Care – ma anche le scelte quotidiane che influenzano la nostra longevità: alimentazione, attività fisica, sonno e gestione dello stress. Aspettiamo, rimandiamo, speriamo che “andrà tutto bene”. Ma, come ricorda il proverbio, “chi visse sperando...”. È ora di cambiare prospettiva. Oggi il vero rischio non è soltanto la volatilità dei

mercati, ma vivere più del previsto senza essersi preparati: consumare troppo rapidamente il patrimonio, affrontare spese sanitarie crescenti o sostenere contemporaneamente genitori molto anziani e figli ancora economicamente dipendenti. Il rischio non è solo perdere denaro, è perdere libertà. Siamo passati dalla pianificazione finanziaria a quella patrimoniale. È arrivato il momento di fare un ulteriore passo

40

**DURATA
POTENZIALE
DELLA
PENSIONE
NELL'ERA DELLA
LONGEVITY**

avanti: pianificare la longevità.

Il patrimonio è solo uno degli ingredienti; servono salute, competenze da aggiornare, adeguate coperture assicurative, relazioni e obiettivi chiari. Nessuno sogna un portafoglio perfettamente diversificato; tutti sogniamo di poter scegliere come vivere gli anni che ci aspettano. Anche il linguaggio della finanza deve evolvere.

Le nuove generazioni cercano senso, personalizzazione e coerenza coi propri valori. È anche per questo che il consulente sarà sempre meno un selezionatore di strumenti e sempre più una guida nelle decisioni più importanti della vita. La nuova equazione non riguarda solo quanto a lungo vivremo, ma come vivremo gli anni guadagnati. La longevità è una delle più grandi conquiste della nostra epoca, sarebbe un peccato arrivarci impreparati. Perché il nostro investimento più importante non è il portafoglio che costruiamo, ma la vita che ci prepariamo a vivere.

