

MalpensaNews

L'inarrestabile crescita dei centenari: in Giappone sono centomila, in Italia 22mila

Marco Giovannelli · Sunday, September 14th, 2025

Il numero dei centenari continua a crescere in tutto il mondo, con differenze significative tra aree geografiche, ma un trend comune: viviamo sempre più a lungo.

Nel nostro Paese i centenari erano appena **301 nel 1961**, saliti a **1.304 nel 1981** e a **6.313 nel 2001**. L'aumento non si è mai arrestato: al **1° gennaio 2024** l'Istat conta **22.552 persone con almeno 100 anni**, con una netta prevalenza femminile, come avviene ovunque nel mondo.

Come è messa l'Europa

La Francia è oggi uno dei paesi europei con il maggior numero di persone che hanno superato il secolo di vita. Al **1° gennaio 2024** i centenari censiti erano **oltre 31.000**, contro gli appena 1.000 registrati negli anni Settanta.

Anche la Spagna registra numeri in forte crescita. Nel **2024** i centenari erano **16.902**, di cui **13.919 donne** e **2.983 uomini**, secondo i dati dell'Istituto Nazionale di Statistica (INE).

La Svizzera, pur con una popolazione ridotta rispetto ai grandi paesi vicini, conta circa **24 centenari ogni 100.000 abitanti** al termine del 2024, confermando il trend continentale. Nell'insieme dell'Unione Europea, si stimano ormai quasi **100.000 centenari**, con proiezioni che parlano di oltre **480.000 nel 2050**.

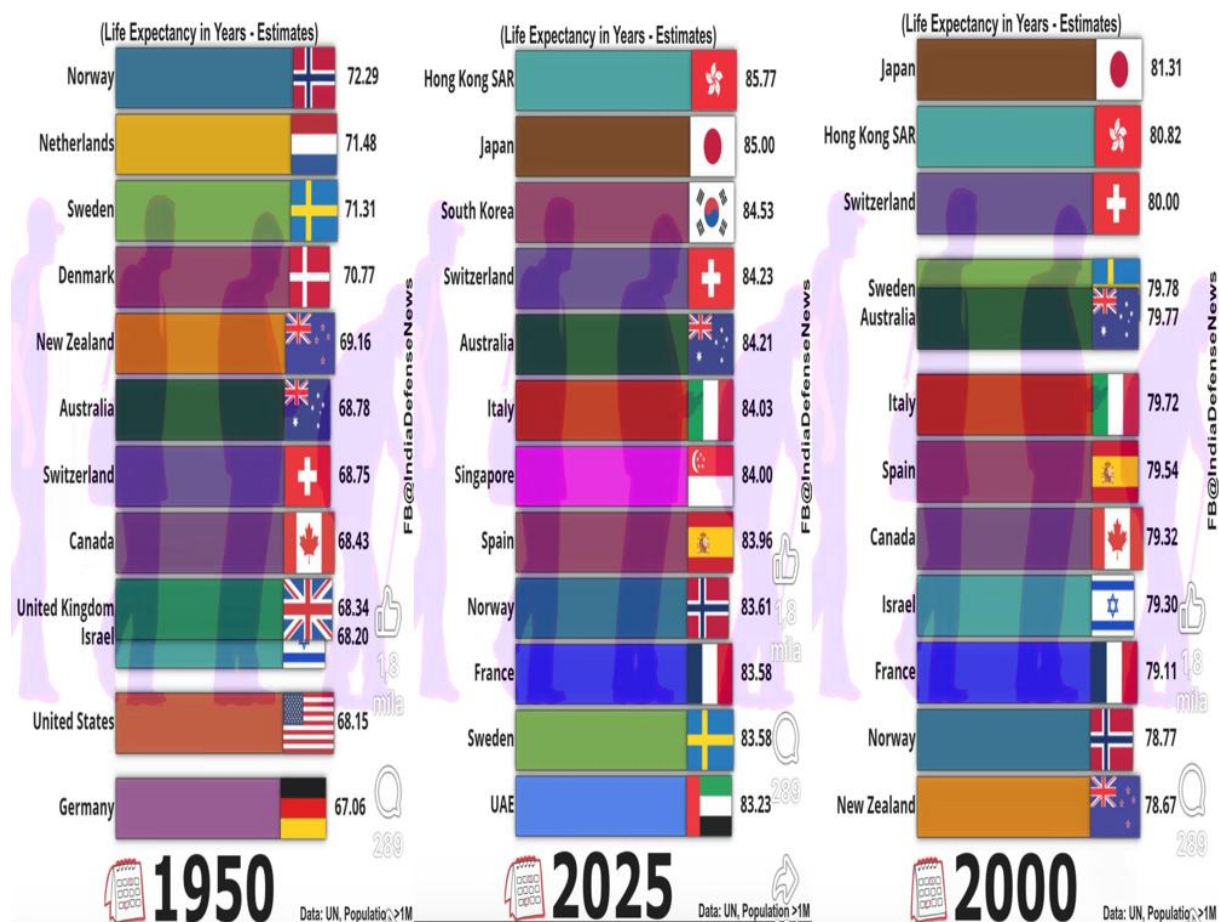
Giappone: record mondiale di longevità

Il caso più eclatante resta quello del Giappone, dove il numero di centenari cresce senza sosta da **55 anni consecutivi**. Nel **2024** si contano **99.763 persone con almeno 100 anni**, con un incremento di **4.644 rispetto al 2023**. Le donne sono l'88% (87.784), gli uomini 11.979.

La persona più anziana è **Shigeko Kagawa**, 114 anni, di Nara, mentre l'uomo più longevo è **Kiyotaka Mizuno**, 111 anni, di Shizuoka.

L'evoluzione è impressionante: nel **1963** erano appena **153** i giapponesi centenari, cifra che ha superato le **10.000 unità nel 1998**. Oggi il Paese vanta una delle aspettative di vita più alte al mondo: **87,1 anni per le donne** e **81,1 per gli uomini**. Gli esperti spiegano questo primato con la diminuzione dei decessi per malattie cardiache e tumori, insieme a uno stile di vita caratterizzato da una dieta povera di carne rossa e ricca di pesce e verdure.

L'evoluzione dell'aspettativa di vita dal 1950 al 2025: il caso italiano



Negli ultimi 75 anni l'aspettativa di vita mondiale è cresciuta in modo impressionante, trasformando profondamente le società. I dati ONU mostrano come, tra il 1950 e il 2025, i paesi sviluppati abbiano guadagnato oltre dieci anni di vita media.

Nel 1950, i paesi con la vita media più alta erano la **Norvegia (72,3 anni)**, i **Paesi Bassi (71,5)** e la **Svezia (71,3)**. L'Italia non compariva tra i primi posti, mentre la Germania chiudeva la classifica con **67 anni**.

A fine millennio, il primato passò all'Asia: il **Giappone con 81,3 anni** guidava la classifica, seguito da **Hong Kong (80,8)** e **Svizzera (80,0)**. L'Italia entrava stabilmente nella top ten mondiale con **79,7 anni**, superando paesi come Francia (79,1) e Norvegia (78,8).

2025: l'Italia tra le prime dieci

Le proiezioni per il 2025 confermano un ulteriore balzo: in testa troviamo **Hong Kong (85,8)**, **Giappone (85,0)** e **Corea del Sud (84,5)**. L'Italia si colloca al **sesto posto mondiale con 84,0 anni**, vicina a Svizzera e Australia e davanti a Francia e Svezia.

Il progresso italiano

Il caso italiano è emblematico:

- **1950:** fuori dai vertici mondiali;
- **2000:** tra i primi dieci con quasi **80 anni di vita media**;
- **2025:** prevista tra le prime nazioni al mondo con **oltre 84 anni**.

Un progresso di oltre **quindici anni in tre quarti di secolo**, che riflette i miglioramenti nella sanità pubblica, nelle condizioni di vita, nell'alimentazione mediterranea e nella riduzione della mortalità infantile e per malattie infettive.

This entry was posted on Sunday, September 14th, 2025 at 11:21 am and is filed under [News](#). 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.