

# СТАРЕНИЕ НАСЕЛЕНИЯ — ВОТ НАСТОЯЩАЯ ДЕМОГРАФИЧЕСКАЯ БОМБА



ФОТО: ADOBE STOCK/DIMYTRO

Старение населения —  
главная глобальная  
демографическая тенденция;  
пандемия может научить  
нас, как к ней подготовиться

Дэвид Э. Блум и Лео М. Цукер

**О**бщая численность населения мира преодолела рубеж в 8 миллиардов 15 ноября 2022 года. Увеличение с 7 до 8 миллиардов заняло всего 12 лет, воскресив в памяти давние опасения, связанные с быстрым ростом населения, включая нехватку продовольствия, безудержную безработицу, истощение природных ресурсов и неуправляемую деградацию окружающей среды.

Но самой серьезной демографической проблемой, стоящей перед миром, является уже не быстрый рост населения, а его старение. Продуманные меры по обеспечению готовности, сочетающие изменения в поведении, инвестиции в человеческий капитал и инфраструктуру, политические и институциональные реформы и технологические инновации, могут позволить странам решить эту проблему и воспользоваться возможностями, предоставляемыми демографическими изменениями.

В реальности призрак глобальной демографической бомбы был обезврежен (или, скорее, рассеялся естественным образом). Темпы роста населения в мире в последние десятилетия ощутимо замедлились и, по прогнозам, будут замедляться и далее (см. рис. 1). Несмотря на то что Индия обгоняет Китай и становится самой густонаселенной страной в мире, ее среднегодовые темпы роста населения в 2020–2040 годах прогнозируются на уровне 0,7 процента, что ниже среднемирового показателя в 0,8 процента и вдвое меньше, чем в 2000–2020 годах. Текущие прогнозы ООН также указывают на увеличение числа стран, в которых численность населения ежегодно сокращается, с 41 в 2022 году до 88 в 2050 году (включая Китай на протяжении всего периода прогноза).

### Преобладающая глобальная тенденция

Пандемия лишь незначительно повлияла на численность и рост населения мира, несмотря на предполагаемые 15 миллионов смертей, прямо и косвенно связанных с COVID-19, и снижение ожидаемой продолжительности жизни во всем мире почти на два года в первые два года пандемии (UNDESA, 2022). Хотя пандемия усугубила неравенство и потенциально

создала новое экономическое бремя в результате симптомов «длительного COVID», ее влияние на рождаемость остается неопределенным.

Темпы роста населения значительно различаются по странам, группам доходов и географическим регионам. Темпы роста непропорционально высоки в странах с низким доходом и в Африке и непропорционально низки в странах со средним и особенно высоким доходом и в Европе. При этом старение населения быстро становится наиболее распространенной и преобладающей глобальной демографической тенденцией в связи со снижением рождаемости, увеличением продолжительности жизни и переходом больших групп людей в категорию пожилых.

Возрастная структура населения с течением лет радикально изменилась, как показано на рисунке 2. Ожидаемая продолжительность жизни в мире увеличилась с 34 лет в 1913 году до 72 лет в 2022 году, и ожидается продолжение этой долгосрочной тенденции. При этом рождаемость в период с 1970 по 2020 год снизилась во всех странах мира (Bloom, 2020). Когда были созданы Организация Объединенных Наций и Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ), детей в возрасте до 15 лет было в семь раз больше, чем людей в возрасте 65 лет и старше; к 2050 году численность этих групп будет примерно одинаковой (Ataguba, Bloom, and Scott, 2021). Ожидается, что только в период с 2000 по 2050 год доля людей в возрасте 80 лет и старше в мире увеличится в четыре раза и составит почти 5 процентов.

Эти сдвиги предвещают колоссальный набор проблем в области здравоохранения, в социальной и экономической сферах в ближайшие десятилетия. Они также указывают на маловероятную до сих пор перспективу повсеместной депопуляции. Для решения всех этих проблем потребуются значимые изменения в образе жизни, государственные и частные инвестиции, институциональные и политические реформы, а также технологические инновации и внедрение технологий. Бездействие может потенциально привести к драматическим последствиям, таким как сокращение рабочей

силы, с трудом поддерживающей растущее число пенсионеров, сопутствующий взрыв возрастной заболеваемости и связанных с этим расходов на здравоохранение, а также снижение качества жизни пожилых людей из-за нехватки человеческих, финансовых и институциональных ресурсов.

## Демографическая готовность

Демографические изменения, как правило, носят скорее эволюционный, чем революционный характер, по сравнению с другими основными факторами, влияющими на социальное и экономическое благосостояние, такими как пандемии, гражданские и межнациональные конфликты и технологические изменения. Поскольку демографические тенденции также более предсказуемы, основные заинтересованные стороны имеют довольно широкие возможности для принятия мер политики и поощрения поведения, которое формирует будущие демографические показатели и смягчает потенциальные неблагоприятные последствия происходящих демографических изменений. Достижимые цели в области демографической готовности включают улучшение репродуктивного здоровья, предоставление людям человеческого и физического капитала, необходимого им для того, чтобы быть продуктивными членами общества, обеспечение эффективного функционирования рынков труда и капитала, позволяющих людям реализовать свой производственный потенциал, формирование институтов и политики, ограничивающих нагрузку людей на окружающую среду, и содействие здоровому старению.

Одно из важнейших изменений поведения основано на увеличении физической активности. ВОЗ рекомендует взрослым в возрасте 18–64 лет умеренную аэробную физическую нагрузку в течение 150–300 минут в неделю и советует людям в возрасте 65 лет и старше сочетать физическую активность с упражнениями на укрепление баланса и силы три дня в неделю. Однако каждый четвертый взрослый во всем мире не соответствует этим стандартам (WHO, 2020). Между тем, рекомендация ВОЗ относительно физической активности для подростков в течение 60 минут в день не соблюдается более чем 80 процентами населения. Предлагаемые инициативы включают меры политики, способствующие передвижению пешком или на велосипеде, а также создание альянса школ, сообществ, рабочих мест, систем здравоохранения и правительств для обеспечения стимулов и безопасных пространств для повышения физической активности. Содействие более здоровому питанию (с низким содержанием сахара, натрия, насыщенных жиров и калорий) и сокращение потребления табака и небезопасного потребления алкоголя также могут принести значительные и долговременные результаты в рамках усилий по обеспечению здорового старения.

В странах с высокой рождаемостью показатели старения населения не столь высоки. Однако перед этими странами стоит двойная задача: решить вопросы, связанные с высокой рождаемостью и старением населения. Решение проблемы рождаемости предполагает конструктивные изменения в поведении, позволяющие улучшить репродуктивное здоровье

в целях сокращения неудовлетворенных потребностей в планировании семьи и ограничения порой непомерного социального и экономического бремени, которое ложится на общества с высокой рождаемостью. Доля городского населения в населении мира, которая почти удвоилась с 30 процентов в 1950 году до 57 процентов сегодня, также будет расти более медленными темпами в результате планирования рождаемости, что ослабит связанное с этим социальное и экономическое давление.

## Инвестиции в здоровое старение

Инвестиции в инфраструктуру естественным образом будут нацелены на создание здоровых, благоприятных для пожилых людей пространств. В сфере жилого и коммерческого строительства особое внимание можно уделить строительству хорошо вентилируемых зданий, в которых используется экологически чистое топливо для смягчения вредного физического и когнитивного воздействия загрязнения воздуха внутри помещений. Развитие на основе использования электрифицированного общественного транспорта и легкости доступа для пожилых людей с ограниченной мобильностью является одной из надлежащих и высокоприоритетных целей городского планирования.

Инициативы по инвестированию в человеческий капитал должны быть нацелены на поддержание экономического роста на душу населения, несмотря на сокращение доли населения трудоспособного возраста. В идеале укрепление программ профессиональной подготовки и повышения квалификации должно быть направлено не только на повышение производительности труда уже работающих, но и на содействие участию в рабочей силе таких недостаточно представленных групп, как матери и пожилые люди. Также желательны инвестиции в начальное и среднее образование, способствующие обучению важнейшим навыкам и, по возможности, нацеленные на воспитание новаторов из широких слоев общества.

Институциональные и политические реформы могут способствовать доступу к качественным материалам и услугам в области планирования семьи, предоставлять более широкий выбор возраста выхода на пенсию, стимулировать индивидуальные пенсионные накопления, содействовать развитию секторов экономики, открывающих возможности для пожилых работников, развивать и укреплять системы долгосрочного ухода, а также содействовать профилактике и раннему выявлению заболеваний. Ослабление ограничений на иммиграцию, чтобы люди могли поехать туда, где есть работа, было бы особенно прагматичным шагом и скорректировало бы несоответствие между наличием рабочих мест и численностью населения трудоспособного возраста. В Африке, например, существует избыток молодых людей, ищущих работу, в то время как в Европе с ее пожилым населением множество незанятых рабочих мест.

Поскольку более 96 процентов населения мира по-прежнему проживает в странах своего рождения, представляется, что существует значительная возможность для международной миграции в целях ослабления демографического давле-

ния. Рост миграции может также сопровождаться увеличением денежных переводов от иностранных работников в поддержку экономического развития их родных стран, особенно если снизится стоимость международных переводов. По оценкам, приведенным в недавно опубликованном докладе Всемирного банка, снижение платы за денежные переводы на 2 процента приведет к ежегодной экономии в размере 12 миллиардов долларов США для мигрантов из стран с уровнем дохода ниже среднего (Ratha et al., 2022). Вместе с тем либерализация международной миграционной политики может привести к усилению «утечки мозгов», поскольку квалифицированные работники стремятся получить более высокую заработную плату в других странах.

Технологические инновации обладают заманчивым потенциалом для решения проблем старения населения. Достижения в области технологий здравоохранения (разработка безопасных и эффективных вакцин и портативных датчиков контроля за состоянием здоровья), вспомогательных устройств (роботов) и информационных технологий (совместимые электронные медицинские карты и все более качественные данные на уровне населения для понимания опыта старения и разработки политики по его улучшению) уже начинают вносить вклад в усилия по обеспечению здорового старения. Стимулирование их дальнейшего развития и расширения является одним из многообещающих путей к успехам в будущем.

Как и пандемия, старение населения, при всех связанных с ним проблемах, предоставляет возможности для переориентации общества и придания нового импульса его развитию. Наиболее очевидным выводом является необходимость повышения готовности. Другие усвоенные на тяжелом опыте уроки пандемии включают необходимость выявления пробелов в защите наиболее уязвимых слоев населения, роль технологий в обеспечении связи с внешним миром людей, прикованных к дому, переоценку баланса между работой и личной жизнью, которая может принести долгосрочную пользу для здоровья, и новый акцент на важности психического здоровья. По мере того как мир избавляется от бомбы демографического роста и стремится защитить себя от взрывного старения населения, эти уроки предлагают путь к пересмотру глобального подхода к здоровому старению. **ФР**

**ДЭВИД Э. БЛУМ** — профессор экономики и демографии имени Кларенса Джеймса Гэмбла в Школе общественного здравоохранения имени Т. Х. Чаня Гарвардского университета. **ЛЕО М. ЦУКЕР** является младшим научным сотрудником в этой Школе общественного здравоохранения.

## Литература:

Bloom, D. E. 2020. "Population 2020." *Finance and Development* 57 (1).

Ratha D., E. J. Kim, S. Plaza, E. J. Riordan, and V. Chandra. 2022. "A War in a Pandemic: Implications of the Russian Invasion of Ukraine and the COVID-19 crisis on Global Governance of Migration and Remittance Flows." Migration and Development Brief 36, KNOMAD—World Bank, Washington, DC.

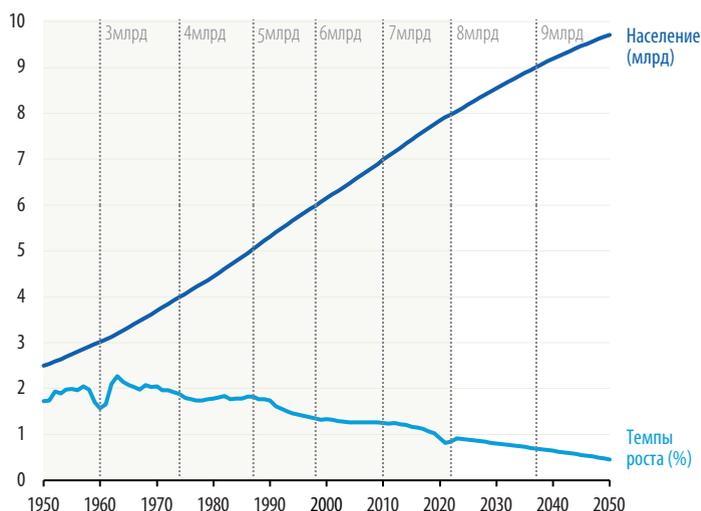
United Nations Department of Economic and Social Affairs (UNDESA), Population Division. 2022. *World Population Prospects 2022: Summary of Results*. New York.

World Health Organization. 2020. "WHO Fact Sheet: Physical Activity." Geneva.

Рисунок 1

## Ослабление демографического бума

Хотя население мира превысило 8 миллиардов, темпы роста продолжают снижаться.



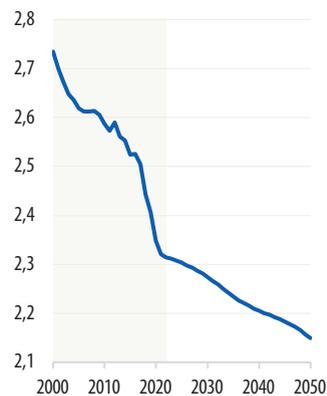
**Источники:** Департамент Организации Объединенных Наций по экономическим и социальным вопросам, Отдел народонаселения, «Мировые демографические перспективы: пересмотренное издание 2022 года».

Рисунок 2

## Старение населения

Люди дольше живут и имеют меньше детей, что ведет к увеличению доли пожилого населения.

**Общий коэффициент рождаемости в мире**  
(Число рождений на одну женщину)



**Ожидаемая продолжительность жизни при рождении в мире**  
(Ожидаемая продолжительность жизни в годах)



**Источники:** Департамент Организации Объединенных Наций по экономическим и социальным вопросам, Отдел народонаселения, «Мировые демографические перспективы: пересмотренное издание 2022 года».