

# EL ENVEJECIMIENTO, LA AUTÉNTICA BOMBA DEMOGRÁFICA



FOTO: ADOBE STOCK/DMYTRO



El envejecimiento de la población es la principal tendencia demográfica a nivel mundial; la pandemia puede enseñarnos a prepararnos para ella

David E. Bloom y Leo M. Zucker

El 15 de noviembre de 2022, la población mundial total superó la marca de 8.000 millones de personas. Para pasar de 7.000 a 8.000 millones se necesitaron tan solo 12 años, lo cual reavivó los antiguos temores asociados a un rápido crecimiento de la población: escasez de alimentos, desempleo galopante, agotamiento de recursos naturales y degradación descontrolada del medio ambiente.

No obstante, el reto demográfico más extraordinario que enfrentamos ya no es el rápido crecimiento de la población, sino su envejecimiento. Una buena preparación —que combine cambios de comportamiento, la inversión en capital humano e infraestructura, reformas políticas e institucionales e innovaciones tecnológicas— puede ayudar a los países a superar este reto y aprovechar las oportunidades que brinda el cambio demográfico.

En realidad, el fantasma de la explosión demográfica mundial se ha desvanecido (o mejor, se ha esfumado de forma natural). La tasa de crecimiento de la población mundial ha disminuido notablemente en las últimas décadas y se proyecta que siga desacelerándose (véase el gráfico 1, página 61). Aunque India supere a China como país más poblado del mundo, su tasa anual media de crecimiento de la población se proyecta en 0,7% para el período 2020–40, un porcentaje inferior al promedio mundial, de 0,8%, y solo la mitad de la tasa registrada en 2000–20. Las actuales proyecciones de la ONU también indican un aumento en el número de países que experimentan una disminución anual de la población; de 41 en 2022 a 88 en 2050 (China incluida en todo el período).

### Tendencia predominante a nivel mundial

La pandemia afectó muy poco el tamaño y crecimiento de la población mundial, pese a que se estima que se registraron 15 millones de muertes relacionadas directa o indirectamente con la COVID-19 y al descenso de la esperanza de vida en todo el mundo durante los dos primeros años de pandemia (UNDESA, 2022). Aunque profundizó las desigualdades y podría haber creado nuevas cargas económicas con los síntomas de la “COVID persistente”, sus efectos sobre la fecundidad siguen siendo inciertos.

La tasa de crecimiento de la población varía ostensiblemente según el país, los grupos de ingreso y las regiones geográficas. El crecimiento es desproporcionadamente elevado entre los países de ingreso bajo y en África, y exageradamente bajo en los países de ingreso medio y (sobre todo) alto, así como en Europa. Lo que *sí* está tornándose rápidamente universal es que el envejecimiento de la población es la tendencia geográfica más generalizada y dominante a nivel mundial, consecuencia de la caída de la fecundidad, el aumento de la longevidad y el paso de amplios grupos de población a una edad más madura.

La estructura por edades de la población ha cambiado radicalmente con el paso del tiempo, como se observa en el gráfico 2 (página 61) y en el cuadro. La esperanza de vida mundial ha pasado de 34 años en 1913 a 72 años en 2022, y se espera que mantenga esta trayectoria a largo plazo. Por otro lado, entre 1970 y 2020, la fecundidad se redujo en todos los países del mundo (Bloom, 2020). Cuando se crearon las Naciones Unidas y la Organización Mundial de la Salud (OMS), había siete veces más niños menores de 15 años que personas mayores de 65 años; en 2050, estos dos grupos tendrán aproximadamente el mismo tamaño (Ataguba, Bloom y Scott, 2021). Entre 2000 y 2050, la proporción de personas de más de 80 años en el mundo probablemente se cuadruplicará, situándose prácticamente en el 5%.

Estos desplazamientos hacen presagiar un enorme cúmulo de problemas de salud, sociales y económicos en las próximas décadas, y también apuntan a la idea, hasta hace poco improbable, de una despoblación generalizada. Para abordar todas estas dificultades será preciso introducir cambios significativos en los estilos de vida, la inversión pública y privada, las reformas institucionales y de política, y la innovación y adopción tecnológicas. Las consecuencias de no actuar podrían ser dramáticas: una población activa cada vez más reducida y tensionada para financiar a un número creciente de jubilados, la explosión simultánea de la morbilidad relacionada con el envejecimiento y los costos de salud asociados, y un descenso de la calidad de vida de las personas mayores por falta de recursos humanos, financieros e institucionales.

## Preparación demográfica

Los cambios demográficos suelen ser más una cuestión de evolución que de revolución, sobre todo si se comparan con otros importantes factores que influyen en el bienestar social y económico, como las pandemias, los conflictos civiles y transnacionales, y el cambio tecnológico. Además, como las tendencias demográficas son más previsible, las principales partes involucradas suelen tener un margen bastante amplio para elaborar políticas y fomentar conductas para conformar la demografía futura y amortiguar los posibles efectos adversos de los cambios demográficos que sí se materialicen. Entre los objetivos factibles de la preparación demográfica están mejorar la salud reproductiva, dotar a las personas del capital humano y físico necesario para ser miembros de provecho de la sociedad, garantizar el buen funcionamiento de los mercados de trabajo y capital para que las personas puedan desarrollar su potencial productivo, crear instituciones y políticas que reduzcan las cargas que los ciudadanos imponen al medio ambiente y promover el envejecimiento saludable.

Un cambio de conducta esencial es el incremento de la actividad física. La OMS recomienda entre 150 y 300 minutos de actividad física aeróbica moderada a la semana para adultos entre 18 y 64 años, y sugiere que los mayores de 65 años aumenten su actividad física con ejercicios de equilibrio y fuerza tres veces por semana. Aun así, uno de cada cuatro adultos de todo el mundo no lo hace (OMS, 2020). Por su parte, la recomendación de la OMS sobre actividad física para adolescentes —60 minutos al día— es desestimada por más del 80% de la población. Entre las iniciativas propuestas figuran políticas para fomentar los desplazamientos a pie o en bicicleta, así como una alianza de escuelas, comunidades, lugares de trabajo, sistemas de salud y gobiernos para ofrecer incentivos y espacios seguros para aumentar la actividad física. Incentivar dietas más sanas (bajas en azúcar, sodio, grasas saturadas y calorías) y reducir el consumo de tabaco y el consumo nocivo de alcohol también podría redundar de forma significativa y duradera en beneficio de la iniciativa por un envejecimiento saludable.

En los países con un índice de fecundidad elevado, los indicadores de envejecimiento demográfico pasan desapercibidos. No obstante, estos países tienen una doble tarea: desenvolverse en un contexto de fecundidad elevada y abordar el envejecimiento de la población. Para abordar el problema de la fecundidad es preciso introducir cambios constructivos en el comportamiento, para permitir una mejor salud reproductiva y reducir así la necesidad no cubierta de planificación familiar, y limitar las cargas sociales y económicas, a veces abrumadoras, que pesan sobre las sociedades con altas tasas de fecundidad. El porcentaje mundial de población urbana —que al día de hoy se sitúa en el 57% y prácticamente duplica el 30%

de 1950— también ralentizaría su crecimiento gracias a la planificación familiar, aliviando las presiones sociales y económicas relacionadas.

## Invertir en envejecimiento saludable

Evidentemente, las inversiones en infraestructura se dirigirían a crear espacios de salud adaptados a las personas de edad. La construcción residencial y comercial podría potenciar los edificios bien ventilados, que usen combustibles limpios para mitigar los efectos físicos y cognitivos perjudiciales de la contaminación del aire en interiores. Uno de los objetivos prioritarios y adecuados de la planificación urbanística es el desarrollo basado en la electrificación del transporte público y la facilidad de acceso para personas mayores con movilidad reducida.

Las iniciativas de inversión en capital humano deben centrarse en mantener el crecimiento económico per cápita pese al descenso del porcentaje de población en edad de trabajar. Lo ideal sería reforzar los programas de capacitación y calificación de forma que no solo incrementen la productividad de quienes ya pertenecen a la población activa, sino que también fomenten la participación de grupos infrarrepresentados, como las madres y las personas de mayor edad. También convendría invertir en educación primaria y secundaria para apuntalar la enseñanza de habilidades esenciales y, dentro de lo posible, centrarse en formar innovadores procedentes de una amplia franja de la sociedad.

Las reformas institucionales y de política tienen el potencial de promover el acceso a suministros y servicios de planificación familiar, ofrecer más opciones en cuanto a la edad de jubilación, incentivar el ahorro personal para el retiro, promover sectores económicos que brindan oportunidades a los trabajadores de más edad, desarrollar y fortalecer los sistemas de cuidados a largo plazo, y promover la prevención y detección precoz de enfermedades. Especialmente pragmático resultaría relajar las restricciones a la inmigración, para que las personas pudiesen desplazarse hacia donde está el trabajo; además, permitiría corregir descalces entre empleo y población en edad laboral. África, por ejemplo, tiene un excedente de gente joven que busca trabajo, mientras que Europa, cuya población está más envejecida, acumula un sinnúmero de puestos de trabajo sin cubrir.

Dado que el 96% de la población mundial sigue viviendo en el país en el que nació, aparentemente existe un margen considerable para que la migración internacional alivie las presiones relacionadas con la demografía. Asimismo, un aumento de la migración podría reportar un crecimiento de las remesas de los trabajadores expatriados en apoyo al desarrollo económico de sus países de origen, en especial si baja el costo de las transferencias internacionales. En un informe reciente del Banco Mundial, se estima que una rebaja del 2% de las comisiones de remesas

se traduciría en un ahorro anual de USD 12.000 millones para los migrantes de países de ingreso mediano bajo (Ratha *et al.*, 2022). Sin embargo, la liberalización de las políticas migratorias internacionales podría aumentar la “fuga de cerebros”, ya que los trabajadores especializados buscarían ganar más en otros países.

Las innovaciones tecnológicas ofrecen grandes posibilidades para abordar los retos que plantea el envejecimiento de la población. Los avances en tecnología de la salud (desarrollo de vacunas seguras y eficaces, así como de sensores portátiles para seguimiento sanitario), dispositivos de asistencia (robots) y tecnología de la información (expedientes médicos electrónicos interoperables, y el aumento y mejora de los datos poblacionales para entender qué significa envejecer, y desarrollar políticas para mejorar la experiencia) empiezan a aplicarse a las iniciativas para un envejecimiento saludable. Incentivar su desarrollo y expansión ulterior es un camino prometedor hacia adelantos futuros.

Al igual que la pandemia, el envejecimiento de la población presenta, además de retos, una serie de oportunidades para que las sociedades se reorienten y revitalicen. La moraleja más obvia: es necesario aumentar la preparación. Otras duras lecciones de la pandemia fueron la necesidad de identificar las deficiencias en la atención de las personas más vulnerables de cada sociedad, la función de enlace de la tecnología para quienes están confinados en el hogar, un replanteamiento de la conciliación de la vida personal y laboral que reporte beneficios de salud a largo plazo, y dar más importancia a la salud mental. Mientras el mundo desactiva la bomba del crecimiento demográfico y busca reforzarse para afrontar la explosión del envejecimiento de la población, estas lecciones muestran el camino hacia una nueva manera de enfocar el envejecimiento saludable. **FD**

**DAVID E. BLOOM** ocupa la cátedra Clarence James Gamble de Economía y Demografía de la Escuela de Salud Pública T. H. Chan de la Universidad de Harvard, donde **LEO M. ZUCKER** es asistente de investigación.

## Referencias:

Ataguba, J. E., D. E. Bloom, and A. J. Scott. 2021. “A Global Institution for an Aging World.” Project Syndicate, October 3.

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.

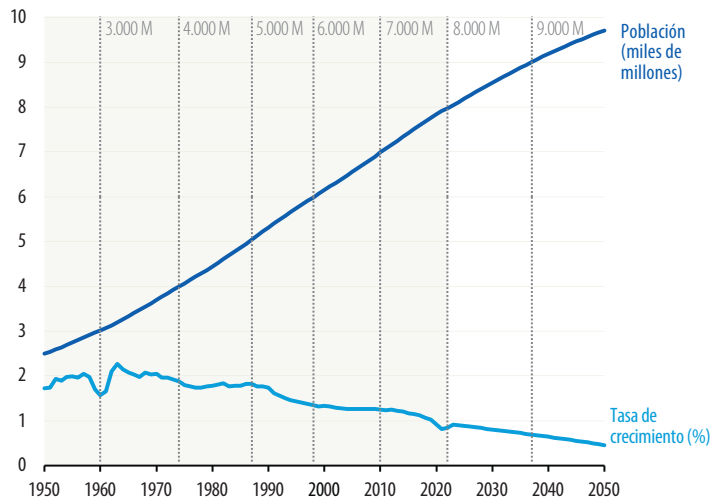
United Nations Department of Economic and Social Affairs (UNDESA), Population Division. 2022. *World Population Prospects 2022: Summary of Results*. New York.

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

Gráfico 1

## La explosión demográfica se desvanece

Aunque la población mundial supere los 8.000 millones de personas, la tasa de crecimiento sigue en descenso.



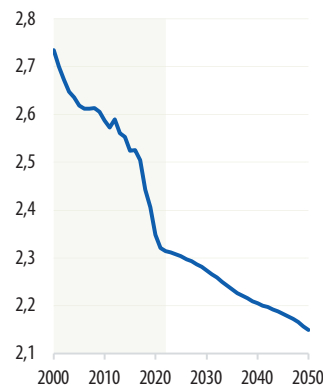
Fuentes: Naciones Unidas, Departamento de Asuntos Económicos y Sociales, División de Población, informe de *Perspectivas de Población Mundial*, revisión de 2022.

Gráfico 2

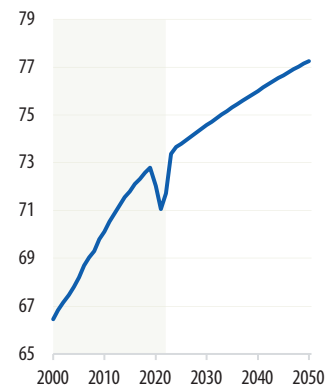
## Envejecimiento demográfico

Las personas viven más y tienen menos hijos, lo cual se refleja en una mayor proporción de gente de edad avanzada en la población.

Tasa de fecundidad total, mundial (nacimientos por mujer)



Esperanza de vida al nacer, mundial (años de esperanza de vida)



Fuentes: Naciones Unidas, Departamento de Asuntos Económicos y Sociales, División de Población, informe de *Perspectivas de Población Mundial*, revisión de 2022.