

Będziemy żyć krócej niż pokolenie rodziców?

Kategoria: Styl życia

Opublikowano: środa, 15, luty 2023 09:28

Katarzyna Sekuła

Odsłony: 1049

Jak pokazują badania, aż 43 proc. osób w wieku 30-50 lat spodziewa się, że będzie żyć krócej niż pokolenie rodziców – tak wynika z badania przeprowadzonego przez Norstat na zlecenie Allianz Polska. 21 proc. ankietowanych uważa, że będzie żyć tyle samo co poprzednie pokolenie, a tylko 17 proc. spodziewa się dłuższego życia.

Kobiety bardziej pesymistycznie oceniają swoje perspektywy: tylko 13 proc. ankietowanych pań oczekuje dłuższego życia niż pokolenie rodziców wobec 21 proc. mężczyzn. 45 proc. kobiet odpowiedziało, że będzie żyć krócej niż poprzednie pokolenie wobec 40 proc. mężczyzn.

W tym samym badaniu 19 proc. respondentów odpowiedziało, że nie doczeka emerytury.

W ostatnich dekadach średni czas życia wydłużał się z powodu poprawy warunków życia i lepszej opieki zdrowotnej. Według danych GUS z 2021 r., mężczyźni w Polsce żyli przeciętnie o 5,6 roku dłużej niż w 1990 roku, a kobiety o 4,5 roku dłużej.

Świadomi zagrożeń

Jak czytamy - Polacy w wieku 30-50 lat najczęściej wskazują na chorobę serca lub układu krążenia jako najbardziej prawdopodobną przyczynę zgonu osób z ich pokolenia. Taką odpowiedź wybiera 22 proc. zapytanych. Podobna liczba, bo 19 proc. uważa, że będzie to nowotwór złośliwy, a 18 proc. prognozuje przyczynę naturalną, czyli śmierć ze starości. I są blisko prawdy. Wg GUS-u w 2021 roku choroby układu krążenia i nowotwory odpowiadały za 52 proc. wszystkich zgonów. Co ciekawe, na czwartym miejscu podawanych w badaniu przyczyn odejścia z tego świata jest konflikt zbrojny, który wskazuje 5 proc. zapytanych, a na kolejnym choroby układu oddechowego z 4 proc. głosów. Wypadek prognozuje 3 proc., a ponad jedna piąta nie potrafiła wskazać żadnej odpowiedzi.

Ograniczanie używek wystarczy?

Najczęstszym działaniem podejmowanym przez Polki i Polaków by jak najdłużej cieszyć się zdrowiem, jest ograniczanie używek. Robi tak 48 proc. osób w wieku 30-50 lat. Na kolejnych miejscach są utrzymywanie właściwej wagi i dobre odżywianie, na które wskazuje 4 na 10 zapytanych. Mamy również wysoką świadomość wpływu psychiki na organizm. Aż 37 proc. uważa, że elementem troski o zdrowie, który wdraża, jest utrzymywanie kontaktów z innymi ludźmi. Aktywność fizyczną wymienia 36 proc., a jedna trzecia dba o dobry sen.

Jak wskazują agenci ubezpieczeniowi Allianz Polska - Polacy za rzadko robią badania profilaktyczne. Do lekarza udają się dopiero gdy coś im dolega, a praktyka ta dotyczy głównie mężczyzn. Kobiety są bardziej skłonne do dbania o siebie i swoje zdrowie, a także przyzwyczajone do regularnych badań.

Źródło: IP