



**UNIWERSYTET KARDYNAŁA
STEFANA WYSZYŃSKIEGO
W WARSZAWIE**



OBRAZ DEMOGRAFICZNEGO STARZENIA SIĘ LUDNOŚCI W POLSCE ZE SZCZEGÓLNYM UWZGLĘDNIENIEM WOJEWÓDZTWA MAZOWIECKIEGO

Dr Martyna Kawińska

Projekt „Łagodzenie skutków pandemii wśród grup wysokiego ryzyka – osoby 60+”
finansowany ze środków Ministerstwa Edukacji i Nauki na podstawie Decyzji Nr 41/WFSN/2021

WPROWADZENIE

Proces starzenia się ludności w Polsce nasila się z każdym rokiem, a udział osób starszych w strukturze ludności wciąż wzrasta. Będzie się to przekładać na co raz większą obecność seniorów w życiu społecznym, a także na konieczność zaspokajania ich zróżnicowanych potrzeb. W naukach społecznych najczęściej wyodrębnia się cztery okresy starości jako odzwierciedlenie zmian związanych z biologicznym starzeniem się. Pierwszy okres przypada na wiek między 60 a 69 rokiem życia i nazywany jest wiekiem początkowej starości. Wiek przejściowy, między początkową starością a utratą samodzielności, związaną ze stopniową utratą sprawności fizycznej i psychicznej, odnosi się do przedziału lat 70–74. Zaawansowana starość przypada na lata 75–84, wiek powyżej 85 lat definiuje się jako niedołączną starość (Golinowska, 1999, s. 9–11). Przyjmuje się również klasyfikację starości w podziale na dwa podokresy. Pierwszy obejmuje wiek 60–74 lata i dotyczy wczesnej starości, zwanej również wiekiem podeszłym lub określanej terminem młodszy starzy (*young old*), drugi natomiast przypada na lata życia 75–89 i jest to późna starość, starość właściwa, używa się też określenia starsi starzy (*old old*). Osoby w wieku 90 lat i więcej zaliczane są do kategorii długowiecznych, o szczególnych cechach biologicznych i uwarunkowaniach do tak długiego życia (Szarota, 2004, s. 23). Ostatnio zwraca się uwagę na tzw. proces podwójnego starzenia się ludności (*double ageing*), co w praktyce oznacza dynamiczny wzrost populacji najstarszych seniorów w wieku 85 lat i więcej. Zbiorowość najstarszych seniorów rośnie szybciej niż młodszych starszych i starych starszych (Szukalski, 2011, s. 9).

Dla określenia stopnia zaawansowania procesu starzenia się ludności, demografowie opracowali skale bazujące na współczynnikach starości, które służą do pogrupowania krajów bądź regionów według stadium starości demograficznej. Korzystając ze skali opracowanej przez E. Rosseta, możemy wyróżnić następujące etapy starzenia się ludności:

1. młodość demograficzna, gdzie współczynnik starości jest poniżej 8%, brak oznak starości demograficznej;
2. wczesna faza przejściowa między stanem młodości i starości demograficznej (8–10%);
3. późna faza przejściowa między stanem młodości i starości demograficznej (10–12%), tzw. przedpole starości;
4. starość demograficzna (12% i więcej).

Przy określaniu etapów starzenia się ludności zidentyfikowano również stopnie starości demograficznej:

- a. stan początkowy (współczynnik starości na poziomie 12–14%);

- b. stan średni (14–16%);
- c. stan zaawansowany (16–18%);
- d. stan mocno zaawansowany (18% i więcej) (Abramowska-Kmon, 2011, s. 5).

Oprócz powyższej skali badacze często wykorzystują również skalę opracowaną w 1956 roku przez ONZ, bazującą na częstości osób w wieku 65 lat i więcej w odniesieniu do ogółu populacji, gdzie:

1. populacja jest młoda, jeśli odsetek 65-latków w społeczeństwie jest niższy niż 4%;
2. populacja jest dojrzała, jeśli ten odsetek wynosi od 4 do 7%;
3. populacja jest stara, jeśli udział tej grupy przewyższa 7% (Abramowska-Kmon, 2011, s. 5).

Na proces starzenia się wpływa pośrednio szereg czynników związanych między innymi z poziomem zamożności społeczeństwa, promowanym modelem rodziny, aktywnością zawodową, dostępnością opieki zdrowotnej, a także wiekiem, płcią, poziomem wykształcenia, miejscem zamieszkania oraz polityką senioralną. Starzenie się jest więc procesem indywidualnym, o osobniczym przebiegu, co oznacza, że nie u wszystkich pojawia się w tym samym wieku i z taką samą dynamiką. Postępujące zmiany w strukturze ludności, związane ze wzrostem populacji osób starszych, pociągają za sobą określone konsekwencje ekonomiczne, społeczne i kulturowe. W wymiarze ekonomicznym to zmniejszanie zasobu osób w wieku produkcyjnym i zwiększanie w wieku poprodukcyjnym (emeryci). Sam wzrost liczby seniorów w populacji jednoznacznie przekłada się na większe obciążenia ekonomiczne państwa. W wymiarze społecznym skutki demograficznego starzenia się, a także wspomnianego podwójnego starzenia się, obserwujemy w coraz częstszym zjawisku samotnego zamieszkiwaniu osób starszych, a zwłaszcza kobiet. Z jednej strony ogranicza to dostępność potencjalnych opiekunów rodzinnych w razie konieczności opieki nad samodzielnym seniorem w rodzinie, a z drugiej strony zwiększa poczucie osamotnienia, a nawet wykluczenia społecznego.

Niniejsze opracowanie powstało w celu szczegółowej identyfikacji zmian w strukturze ludności w wieku 60 lat i więcej. Do analizy wykorzystano mierniki stopnia zaawansowania procesu starzenia się, ogólnie dla Polski, a następnie bardziej szczegółowo dla województwa mazowieckiego.

PROCES STARZENIA SIĘ LUDNOŚCI W POLSCE

Sytuacja demograficzna w Polsce, jak i w innych krajach Europy, kształtowała się pod wpływem pandemii spowodowanej wirusem SARS-CoV-2. Obserwowana od kilkunastu lat, niekorzystna sytuacja ludnościowa w naszym kraju, została dodatkowo pogłębiona przez niski poziom urodzeń, zmniejszającą się liczbę zawieranych małżeństw, niską dzietność i niespotykanie wysoką umieralność. Od 2013 roku przyrost naturalny w Polsce jest ujemny, a liczba ludności zmniejsza się sukcesywnie od 2012 roku. W 2020 roku liczba urodzeń była niższa od liczby zgonów o ponad 122 tys., co spowodowało, że przyrost naturalny osiągnął poziom -3,2. Ta ujemna wartość była ponad trzykrotnie wyższa niż w roku 2019. Było to spowodowane niespotykaną od kilkudziesięciu lat w Polsce liczbą zgonów, zarówno wśród kobiet, jak i mężczyzn (GUS, 2021a).

Dla demografów proces starzenia się ludności oznacza wzrost populacji osób w wieku 60 lat (granica używana przez GUS, Eurostat) lub 65 lat (propozycje Światowej Organizacji Zdrowia – WHO) (Szarota, 2004, s. 23). Starzenie się ludności jest konsekwencją dwóch istotnych procesów demograficznych – zmniejszającej się liczby urodzeń i wydłużania się przeciętnego dalszego trwania życia. Miarą starzenia się ludności jest wzrost odsetka osób w wieku 60 lat i więcej w całej populacji. W Polsce liczba seniorów stale wzrasta. Na koniec 2019 roku osób w wieku 60 lat i więcej było ponad 9,7 mln, co dawało wzrost o 2,1% w odniesieniu do roku poprzedniego, natomiast w 2020 roku populacja ta stanowiła 25,6% całego społeczeństwa. Według prognozy GUS liczba ludności w wieku 60 lat i więcej w Polsce w 2030 roku osiągnie poziom 10,8 mln, a w 2050 roku wyniesie 13,7 mln, co będzie stanowić ponad 40% całej populacji (GUS, 2014). Można więc przyjąć, że w perspektywie niespełna 30 lat prawie co druga osoba w naszym społeczeństwie będzie seniorem.

W 2020 roku zwiększyła się o 173 tys. osób (do wielkości ponad 7,1 mln) populacja osób w wieku 65 lat i więcej. Udział ludności tej grupy wiekowej w ogólnej populacji – nazywany wskaźnikiem starości – wyniósł 18,6%. Dla porównania wskaźnik ten w 1990 roku wyniósł 10% ludności (GUS, 2021a). W subpopulacji osób starszych (tabela 1) seniorzy w wieku 60 lat i więcej stanowią obecnie 25,6% społeczeństwa, natomiast w wieku 70 lat i więcej odsetek ten wynosi 12,1%. Dominują młodsi seniorzy, którzy reprezentowani są przez osoby w wieku 60–64 lata. Stanowią oni 7,0% całej populacji i 27,3% w grupie osób w wieku 60 lat i więcej. Dla każdej kolejnej kategorii wiekowej udział w strukturze populacji będzie się zmniejszał, co jest naturalną konsekwencją zgonów w starszych kategoriach wiekowych. W podziale na płeć, również w

przypadku osób starszych, utrzymana jest dominacja kobiet, które stanowią 58,1% badanej populacji, a w odniesieniu do ogółu 28,8% populacji w wieku 60 lat i więcej. Dla porównania, dla tej samej kategorii wiekowej reprezentacja mężczyzn w ogólnej populacji wynosi 22,2%, a dla badanej grupy 41,9%. Rosnący wraz z wiekiem udział kobiet w populacji jest wynikiem nadumieralności mężczyzn i zróżnicowania parametrów trwania życia. Przewaga liczebna kobiet zwiększa się wraz z każdą kolejną kategorią wiekową i tak kobiety w wieku 60–64 lata stanowią 24,9%, a w wieku 70–74 lata 19,4% (GUS, 2020).

Statystyki GUS wskazują również zróżnicowanie dynamiki starzenia się społeczeństwa w Polsce w podziale na miasto i wieś (tabela 2). Można zauważyć, że miasta starzeją się szybciej niż wieś, a już obecnie w miastach zamieszkuje 66,0% seniorów w wieku 65 lat i więcej, co stanowi 20,5% ogółu ludności. Analogicznie wieś jest miejscem zamieszkania dla 34,0% seniorów z analizowanej grupy, którzy stanowią 15,8% całej populacji. Pod względem płci miasta reprezentowane są przez 40,2% kobiet i 25,8% mężczyzn w tym wieku. Wśród seniorów zamieszkujących wieś 19,8% to kobiety, a 14,2% to mężczyźni. W miastach seniorzy stanowią piątą część ogółu mieszkańców, a na wsi 15,8% (GUS, 2020). Zgodnie z prognozą różnice między częstością zamieszkiwania przez seniorów w miastach i na wsi utrzymają się w przyszłości. Przewiduje się, że w 2050 roku seniorzy mogą stanowić 34,7% mieszkańców miast i 30,2% mieszkańców wsi. Szczególnie duże różnice sygnalizowane są w odniesieniu do osób w wieku 80 lat i więcej. Obecnie 4,7% osób z tej grupy zamieszkuje w miastach, a 4,0% na wsi. W perspektywie dziesiętnastu lat oczekuje się, że 10,1% najstarszych seniorów będzie mieszkańcami miast, a 7,6% mieszkańcami wsi, a w połowie stulecia będzie ich odpowiednio 11,4% oraz 9,4% (GUS, 2014). Przewidywane zmiany, które powodują nie tylko przesunięcia w strukturze ludności, ale także wzrost odsetka najstarszej grupy wiekowej, są konsekwencją wydłużania się przeciętnego dalszego trwania życia.

Przeciętne dalsze trwanie życia jest miernikiem wykorzystywanym w demografii do śledzenia zmian w ogólnym stanie zdrowia populacji. Dodatkowo informacje o przeciętnym dalszym trwaniu życia mają zastosowanie do innych badań i analiz, dzięki którym możemy między innymi oszacować długość życia dla poszczególnych kategorii wiekowych czy długość życia w zdrowiu. W 2020 roku (tabela 3) przeciętne dalsze trwanie życia kobiet w wieku 60 lat prognozowano na 23,2 lata, a kobiet w wieku 65 lat – na 19,1 lat. Dla mężczyzn mierniki te wyniosły odpowiednio 17,9 oraz 14,6 lat. Oznacza to, że umieralność mężczyzn we wszystkich grupach wiekowych jest wyższa niż kobiet, przy czym tendencje te są obserwowane także w innych krajach. Okazuje się również, że mieszkańcy miast żyją dłużej niż mieszkańcy wsi i

dotyczy to zarówno kobiet, jak i mężczyzn. Oznacza to, że 60-letnia mieszkanka miasta ma do przeżycia 23,3 lata, a jej rówieśniczka na wsi 23,0 lata. Z kolei mężczyźni zamieszkujący w miastach żyją średnio o 0,8 roku dłużej niż mieszkający na wsi. W przypadku kobiet zamieszkujących w miastach trwanie życia wyniosło 80,8 lat i było o 0,2 roku dłuższe niż dla mieszkanki wsi. Różnica między kobietami a mężczyznami mieszkającymi w miastach wyniosła 7,9 lat, a na wsi 8,5 roku (GUS, 2020a).

Zróznicowanie demograficzne widoczne jest również w ujęciu regionalnym (tabela 4), z różnym natężeniem w poszczególnych województwach. Za najstarsze województwa, o najwyższym odsetku osób w wieku 60 lat i więcej uznaje się łódzkie, świętokrzyskie, śląskie, dolnośląskie i opolskie, gdzie częstość badanej populacji stanowiła 26,3%–27,8%. Z kolei wśród najmłodszych województw wymienia się małopolskie, pomorskie, wielkopolskie, warmińsko-mazurskie i podkarpackie, z odsetkiem seniorów na poziomie 23,5%–24,1% (GUS, 2021).

Zaprezentowana analiza dotycząca demograficznego starzenia się ludności w Polsce jest wstępem do pogłębionych szacunków odnoszących się do województwa mazowieckiego jako obszaru testowania w projekcie.

SENIORZY W WOJEWÓDZTWIE MAZOWIECKIM

Zróznicowanie demograficzne w województwie mazowieckim wynika z faktu, że jest ono największe pod względem liczby ludności i zajmowanej powierzchni. Województwo mazowieckie składa się z 37 powiatów i 5 miast na prawach powiatu, natomiast powiaty dzielą się na 314 gmin, w tym 35 miejskich, 53 miejsko-wiejskich i 226 wiejskich. Według danych demograficznych w 2020 roku w województwie mazowieckim zamieszkiwało 5 mln 425 tys. mieszkańców, co stanowiło 13,7% ludności Polski. W odniesieniu do struktury wieku co czwarty mieszkaniec tego województwa miał co najmniej 60 lat.

Obserwacja zmian demograficznych w regionie powinna uwzględniać złożone procesy i ich konsekwencje, które mogły zdarzyć się w innej części kraju lub innym okresie historycznym. Na podstawie analizy liczby ludności w województwie mazowieckim można zaobserwować systematyczne zwiększanie się populacji. Wzrost liczby ludności ogółem jest wynikiem korzystnych tendencji w zakresie ruchu migracyjnego i naturalnego. Przybywa mieszkańców w obszarze metropolitalnym Warszawy i strefach podmiejskich dużych miast, ubywa natomiast w miastach subregionalnych i powiatach usytuowanych na krańcach województwa. Widoczny jest również trend odpływu ludności z miast na wieś, a zwłaszcza na obszary wiejskie zlokalizowane wokół największych miast, przez co tereny te stopniowo tracą swój rolniczy charakter na rzecz

powstawania nowych enklaw zabudowy (GUS, 2020b).

Szczegółowa analiza wieku seniorów wskazuje (tabela 5), że najwięcej seniorów w województwie mazowieckim zamieszkuje w powiecie lipskim, gdzie częstość osób w wieku 60 lat i więcej wyniosła 41,9%. Bardzo licznie seniorzy zamieszkują również w Warszawie, co widoczne jest zarówno w ogólnej częstości osób w wieku 60 lat i więcej, jak i poszczególnych grupach wiekowych. Można więc przyjąć, że w Warszawie zamieszkuje 41,5% seniorów w wieku 60 lat i więcej oraz 18,5% osób w wieku 65 lat i więcej. Tak liczna reprezentacja seniorów wynika z wielkości miasta i liczby jego mieszkańców ogółem. Najmniej seniorów w wieku 60 lat i więcej mieszka w powiecie wołomińskim, o czym świadczy ich udział w populacji na poziomie 28,8%. Tu też zamieszkuje najmniej w całym województwie najstarszych seniorów w wieku 85 lat, gdzie częstość tej populacji wynosi 1,4% (GUS, 2020).

Stopień zaawansowania starości (tabela 6) wyraża również mediana wieku (wiek środkowy ludności). Wartość mediany informuje nas, że połowa badanej populacji nie osiąga wieku środkowego, a druga połowa już ten wiek przekroczyła. Innymi słowy, im wyższa wartość mediany, tym badana populacja jest starsza. W przypadku województwa mazowieckiego w 2020 roku wartość mediany wyniosła 41,2 lat. Wyznaczony wiek środkowy kobiet był wyższy o 3,1 lata od środkowego wieku mężczyzn (odpowiednio 42,7 oraz 39,6), co ma swoje uzasadnienie w tym, że przeciętne dalsze trwanie życia kobiet jest dłuższe niż mężczyzn. W 2020 roku w powiatach województwa mazowieckiego najwyższą wartość mediany zarejestrowano w powiecie miasta Płock oraz powiecie lipskim – wyniosła ona odpowiednio 43,5 oraz 43,4. Na tych obszarach odnotowano również najwyższą wartość mediany dla kobiet i mężczyzn. Najmłodsze społeczeństwo województwa mazowieckiego zamieszkuje w powiecie ostrołęckim, gdzie mediana wieku wyniosła 38,2 lat. W tym powiecie zamieszkują również najmłodsze kobiety osiągające wiek środkowy na poziomie 39,5 lat. Najmłodszy mężczyźni mieszkają w powiecie garwolińskim, gdzie wartość mediany wyniosła 37,1 lat (GUS, 2020).

Obserwację procesu starzenia się mieszkańców województwa mazowieckiego można pogłębić, odnosząc się do wskaźnika przeciętnego dalszego trwania życia (tabela 7). Prognozowano, że w 2020 roku 60-letnim mężczyznom pozostało do przeżycia 18,2 lat, a 65-letnim 15,0 lat. Analogicznie, dla 60-letniej mieszkanki Mazowsza przewidywano przeciętne dalsze trwanie życia na poziomie 23,4 lat, a 65-letniej 19,2. Mieszkańcy miast żyją dłużej niż ich rówieśnicy na wsiach. Dla kobiet 60-letnich mieszkających w miastach wskaźnik wyniósł 23,6 lata, a dla 65-letnich 19,5 roku. Wśród mieszkanek wsi wskaźniki te wyniosły odpowiednio 22,9 oraz 18,8 lat. Natomiast 60-letni mężczyźni mieszkający na wsi mają do przeżycia 17,2 lat i jest

to o 1,6 roku krócej niż w przypadku ich rówieśników mieszkających w mieście. Dla 65-latków różnica czasu pozostającego do przeżycia wynosi 1,5 roku na korzyść mieszkańców miast.

Jedną z ważniejszych cech starzenia się społeczeństwa jest feminizacja starości. Jest to naturalna konsekwencja wynikająca z dłuższego trwania życia kobiet, co szczególnie widoczne jest w najstarszych grupach wiekowych. W 2020 roku wśród powiatów województwa mazowieckiego (tabela 8) najbardziej sfeminizowany był (oprócz Warszawy, gdzie na 100 mężczyzn przypadło 117 kobiet) powiat miasta Siedlce oraz powiat miasta Płock, gdzie wskaźnik ten wyniósł 112. Z kolei najmniej sfeminizowane obszary województwa mazowieckiego to powiaty ostrołęcki i białobrzeski, gdzie na 100 mężczyzn przypadło odpowiednio 97 i 98 kobiet (GUS, 2020).

Inną konsekwencją demograficznego starzenia, połączoną z feminizacją, jest singularyzacja starości, czyli coraz częstsze samotne zamieszkiwanie osób starszych. Problem ten dotyczy przede wszystkim starszych kobiet, które po śmierci męża zamieszkują samodzielnie w jednoosobowym gospodarstwie domowym. Ze względu na wydłużanie się przeciętnego dalszego trwania życia oraz tendencje co do preferencji miejsca zamieszkania można oczekiwać, że problem ten będzie coraz częściej dotyczył kobiet w najstarszych grupach wiekowych w miastach.

Do kompleksowej oceny demograficznego starzenia można również wykorzystać cząstkowe współczynniki obciążenia demograficznego. Na skutek zmian w strukturze wieku ludności należy również oczekiwać wzrostu liczby osób w wieku poprodukcyjnym i zmniejszania się w wieku przedprodukcyjnym. W województwie mazowieckim w 2020 roku (tabela 9) stosunek liczby osób w wieku poprodukcyjnym do ludności w wieku produkcyjnym wyniósł 37,7, co stanowi wzrost o 10,6 w porównaniu z rokiem 2000. Natomiast stosunek ludności w wieku poprodukcyjnym do ludności w wieku przedprodukcyjnym wyniósł 114,0. Dla całego województwa mazowieckiego współczynnik obciążenia demograficznego osobami starszymi wyniósł 28,6. Najniższą wartość tego współczynnika odnotowano w powiecie wołomińskim, gdzie wyniósł 21,4, a najwyższą w powiecie miasta Płock – 32,8 (GUS, 2020).

WNIOSKI

Zaobserwowany proces starzenia się ludności przyspiesza ze względu na wkraczanie w wiek starości pokolenia powojennego wyżu demograficznego. Na zróżnicowanie struktury ludności w województwie mazowieckim ma również wpływ dynamika procesów migracyjnych, zwłaszcza ukierunkowanych na miasto stołeczne Warszawa. Decyzje migracyjne, mające

najczęściej wymiar ekonomiczny i edukacyjny, podejmowane są zazwyczaj przez osoby młodsze, co w konsekwencji sprzyja *odmładzaniu* społeczeństwa w miejscu migracji. Proces starzenia się ludności może więc być na tym obszarze opóźniany, zwłaszcza przez migracje z innych województw do Warszawy i ościennych powiatów (GUS, 2020b). Dla miejsc odpływu migrantów zagrożeniem jest pozostawianie na miejscu w większym stopniu osób ze starszych i najstarszych generacji, co zdecydowanie przyspieszy proces starzenia się ludności.

Od lat problemem społecznym jest wyludnianie części miast szczebla powiatowego, co może przyczyniać się do odpływu młodszych pokoleń i nasilania się wyzwań związanych z koniecznością wsparcia pozostających na miejscu starszych, mniej mobilnych mieszkańców. Oprócz samego przepływu ludności między przestrzenią peryferyjną a centrami rozwoju obserwujemy równoległe zachodzące procesy dezurbanizacyjne i przemieszczanie się części ludności miejskiej na wieś lub bliskie tereny podmiejskie (Bakalarczyk, 2021, s. 10).

Obserwacji stanu i dynamiki procesu starzenia się należy dokonywać zarówno z uwzględnieniem wartości liczbowych, częstości, wskaźników, jak i pod względem różnic w jakości i stylu życia, dostępności do różnych form promujących aktywność obywatelską, społeczną, kulturalną, artystyczną i sportową czy form wsparcia formalnego i nieformalnego, jeśli zachodzi taka potrzeba. Może to dotyczyć również promocji i profilaktyki zdrowia, dostępności usług medycznych, diagnostyki, usług rehabilitacyjnych, a także rozwoju usług sąsiedzkich w ramach bliższych i dalszych kontaktów. Seniorzy są więc grupą bardzo zróżnicowaną pod względem wieku, płci, miejsca zamieszkania, poziomu wykształcenia czy stopnia samodzielności, przez co proces zaspokajania ich potrzeb będzie coraz bardziej wymagający. Warto podkreślić, że dożywanie starości i sposób jej spędzania na różnych etapach jest zjawiskiem szybko upowszechniającym się, co w praktyce oznacza, że dotyczy coraz większej części populacji.

Tabele

Tabela 1 *Ludność w wieku 60 lat i więcej według płci i kategorii wiekowych w Polsce w 2020 roku*

		Ogółem w tysiącach	w % do ogółem	60 lat i więcej =100%
Polska	ogółem	38 265 013	100,0	
	mężczyźni	18 502 241	48,4	
	kobiety	19 762 772	51,6	
60 i więcej	ogółem	9 800 233	25,6	100,0
	mężczyźni	4 105 459	22,2	41,9
	kobiety	5 694 774	28,8	58,1
60-64	ogółem	2 680 248	7,0	27,3
	mężczyźni	1 260 299	6,8	30,7
	kobiety	1 419 949	7,2	24,9
65-69	ogółem	2 505 595	6,5	25,6
	mężczyźni	1 122 813	6,1	27,3
	kobiety	1 382 782	7,0	24,3
70-74	ogółem	1 916 928	5,0	19,6
	mężczyźni	809 884	4,4	19,7
	kobiety	1 107 044	5,6	19,4
75-79	ogółem	1 013 492	2,6	10,3
	mężczyźni	390 267	2,1	9,5
	kobiety	623 225	3,2	10,9
80-84	ogółem	865 717	2,3	8,8
	mężczyźni	292 861	1,6	7,1
	kobiety	572 856	2,9	10,1
85 i więcej	ogółem	818 253	2,1	8,3
	mężczyźni	229 335	1,2	5,6
	kobiety	588 918	3,0	10,3

Źródło: zestawienie własne na podstawie danych GUS w 2020 r. <https://bdl.stat.gov.pl/BDL/dane/podgrup/tablica>

Tabela 2 Liczba osób w wieku 65 lat i więcej w podziale na płeć i miejsce zamieszkania w Polsce w 2020 roku

		Ogółem w tysiącach	65 lat i więcej =100%	w % do ogółem
ogółem	ogółem	7 119 985	100,0	18,6
	w miastach	4 697 110	66,0	20,5
	na wsi	2 422 875	34,0	15,8
mężczyźni	ogółem	2 845 160	40,0	15,4
	w miastach	1 834 377	25,8	16,9
	na wsi	1 010 783	14,2	13,2
kobiety	ogółem	4 274 825	60,0	21,6
	w miastach	2 862 733	40,2	23,7
	na wsi	1 412 092	19,8	18,3

Źródło: zestawienie własne na podstawie danych GUS w 2020 r. <https://bdl.stat.gov.pl/BDL/dane/podgrup/tablica>

Tabela 3 Przeciętne dalsze trwanie życia w Polsce osób w wieku 60 lat i 65 lat w 2020 roku

mężczyźni				kobiety			
60 lat		65 lat		60 lat		65 lat	
17,9		14,6		23,2		19,1	
w miastach		na wsi		w miastach		na wsi	
60 lat	65 lat	60 lat	65 lat	60 lat	65 lat	60 lat	65 lat
18,2	14,9	17,4	14,1	23,3	19,3	23,0	18,9

Źródło: zestawienie własne na podstawie danych GUS w 2020 r. <https://bdl.stat.gov.pl/BDL/dane/podgrup/tablica>

Tabela 4 Osoby w wieku 60 lat i więcej według województw w 2019 roku

Województwo	Ogółem w tysiącach	w % do ogółem
Dolnośląskie	775,1	26,7
Kujawsko-pomorskie	519,7	25,1
Lubelskie	542,3	25,7
Lubuskie	222,1	25,2
Łódzkie	681,4	27,8
Małopolskie	801,3	23,5
Mazowieckie	1353,9	25,0
Opolskie	258,1	26,3
Podkarpackie	501,6	23,6
Podlaskie	293,8	24,9
Pomorskie	556,3	23,7
Śląskie	1210,4	26,8
Świętokrzyskie	331,7	27,3
Warmińsko-mazurskie	342,5	24,1
Wielkopolskie	827,7	23,7
Zachodniopomorskie	447,4	26,4

Źródło: zestawienie własne na podstawie danych GUS w 2019 r. <https://stat.gov.pl/obszary-tematyczne/osoby-starsze/osoby-starsze/sytuacja-osob-starszych-w-polsce-w-2019-roku,2,2.html>

Tabela 5 *Ludność w wieku 60 lat i więcej według kategorii wiekowych w województwie mazowieckim w 2020 roku w % ogółu*

Nazwa	60 lat i więcej	65 lat i więcej	60-64	65-69	70-74	75-79	80-84	85 i więcej
MAZOWIECKIE	37,2	18,5	6,6	6,4	4,8	2,7	2,3	2,4
Powiat białobrzegi	32,9	16,1	6,5	5,8	4,3	2,3	1,9	1,8
Powiat ciechanowski	36,8	17,8	7,9	6,7	4,8	2,3	1,9	2,0
Powiat garwoliński	32,2	15,7	6,3	5,5	4,0	2,3	1,9	2,0
Powiat gostyniński	39,6	19,2	7,7	6,5	5,5	2,8	2,2	2,1
Powiat grodziski	34,1	17,0	6,3	6,1	4,5	2,5	2,0	1,9
Powiat grójcecki	36,9	18,3	7,0	6,7	4,7	2,6	2,2	2,1
Powiat kozienicki	39,1	19,5	7,7	7,6	5,1	2,5	2,1	2,2
Powiat legionowski	33,1	16,9	6,0	6,6	4,9	2,2	1,7	1,5
Powiat lipski	41,9	20,6	7,8	7,1	5,3	3,2	2,4	2,7
Powiat łosicki	39,9	19,4	7,1	6,0	5,0	3,0	2,7	2,7
Powiat makowski	36,7	18,0	7,2	6,5	4,7	2,3	2,3	2,3
Powiat miński	33,5	16,4	6,4	5,8	4,1	2,4	2,0	2,0
Powiat mławski	34,9	16,8	7,0	5,8	4,5	2,3	2,1	2,1
Powiat nowodworski	35,1	17,1	7,4	6,5	4,6	2,3	1,9	1,8
Powiat ostrołęcki	29,8	14,3	6,0	4,8	3,3	2,0	2,1	2,1
Powiat ostrowski	37,9	18,5	7,2	6,1	4,5	2,8	2,4	2,6
Powiat otwocki	37,4	18,4	6,8	6,2	4,7	2,9	2,3	2,2
Powiat piaseczyński	30,8	15,4	5,7	5,6	4,3	2,2	1,7	1,5
Powiat płocki	33,3	16,2	6,4	5,6	4,5	2,4	1,9	1,9
Powiat płoński	36,1	17,7	7,1	6,4	4,8	2,4	2,1	2,0
Powiat przyski	37,0	18,5	6,4	6,4	5,0	2,8	2,3	2,0
Powiat przasnyski	34,5	16,8	6,8	5,9	4,2	2,3	2,2	2,1
Powiat przysuski	38,4	18,5	7,2	5,9	4,5	2,9	2,6	2,7
Powiat pułtowski	34,7	16,7	7,1	5,8	4,6	2,3	2,1	1,9
Powiat radomski	31,4	15,4	6,5	5,9	4,0	2,2	1,7	1,6
Powiat siedlecki	33,4	16,4	6,0	5,4	3,9	2,6	2,2	2,2
Powiat sierpecki	35,1	16,9	7,0	5,8	4,5	2,3	2,3	2,0
Powiat sochaczewski	36,2	17,6	7,2	6,3	4,6	2,5	2,1	2,1
Powiat sokołowski	40,8	20,2	7,3	6,9	4,8	3,0	2,6	2,8
Powiat szydlowiecki	35,3	17,3	6,9	6,2	4,5	2,3	2,1	2,3
Powiat warszawski zachodni	34,6	17,1	6,7	6,2	4,6	2,4	1,9	1,9
Powiat węgrowski	37,4	18,5	6,7	6,4	4,7	2,7	2,3	2,5
Powiat wołomiński	28,8	14,2	5,7	5,3	3,7	2,1	1,7	1,4
Powiat wyszkowski	32,2	15,5	6,7	5,4	4,0	2,4	2,0	1,7
Powiat zwoleniński	35,8	17,5	6,9	6,0	4,4	2,6	2,2	2,3
Powiat żuromiński	36,8	17,8	6,9	5,7	4,7	2,6	2,4	2,4
Powiat żyrardowski	37,6	18,8	7,0	7,0	5,2	2,7	2,1	1,8

Nazwa	60 lat i więcej	65 lat i więcej	60-64	65-69	70-74	75-79	80-84	85 i więcej
Powiat m. Ostrołęka	37,8	18,6	8,2	7,7	4,9	2,4	1,9	1,6
Powiat m. Płock	41,7	21,1	7,0	7,5	6,3	3,2	2,3	1,8
Powiat m. Radom	40,7	20,4	7,5	7,5	5,2	2,9	2,4	2,3
Powiat m. Siedlce	37,2	18,7	6,9	7,2	5,1	2,7	2,0	1,8
Powiat m. st. Warszawa	41,5	21,0	6,2	6,8	5,3	3,1	2,7	3,2

Źródło: zestawienie własne na podstawie danych GUS w 2020 r. <https://bdl.stat.gov.pl/BDL/dane/podgrup/tablica>

Tabela 6 Mediana wieku w województwie mazowieckim w 2020 roku

Nazwa	ogółem	mężczyźni	kobiety
MAZOWIECKIE	41,2	39,6	42,7
Powiat białobrzeski	38,9	37,7	40,4
Powiat ciechanowski	41,5	39,6	43,7
Powiat garwoliński	38,3	37,1	39,7
Powiat gostyniński	42,9	40,9	45,1
Powiat grodziski	40,6	39,0	42,0
Powiat grójecki	41,4	40,0	42,9
Powiat kozienicki	42,1	40,4	44,2
Powiat legionowski	40,9	39,6	42,1
Powiat lipski	43,4	41,4	45,8
Powiat łosicki	41,2	39,5	43,3
Powiat makowski	40,7	39,3	42,4
Powiat miński	40,0	38,6	41,3
Powiat mławski	40,3	38,8	42,0
Powiat nowodworski	41,1	39,7	42,5
Powiat ostrołęcki	38,2	37,2	39,5
Powiat ostrowski	41,3	39,9	43,0
Powiat otwocki	41,7	40,0	43,4
Powiat piaseczyński	40,1	39,0	41,2
Powiat płocki	40,7	39,3	42,1
Powiat płoński	41,1	39,6	42,8
Powiat pruszkowski	41,6	40,1	43,0
Powiat przasnyski	39,8	38,4	41,2
Powiat przysuski	41,5	39,9	43,5
Powiat pułtuski	40,1	38,7	41,6
Powiat radomski	39,0	37,8	40,3
Powiat siedlecki	39,0	38,0	40,3
Powiat sierpecki	40,7	39,1	42,3
Powiat sochaczewski	41,1	39,5	42,6
Powiat sokołowski	42,5	40,5	44,8
Powiat szydlowiecki	40,6	38,9	42,6
Powiat warszawski zachodni	41,3	40,0	42,5
Powiat węgrowski	40,8	39,5	42,3

Nazwa	ogółem	mężczyźni	kobiety
Powiat wołomiński	38,6	37,5	39,6
Powiat wyszkowski	39,0	37,8	40,5
Powiat zwoleński	40,4	38,8	42,2
Powiat żuromiński	41,2	39,5	43,1
Powiat żyrardowski	41,7	40,0	43,5
Powiat m. Ostrołęka	41,9	39,9	44,1
Powiat m. Płock	43,5	41,3	45,7
Powiat m. Radom	42,8	40,4	45,4
Powiat m. Siedlce	40,4	38,3	42,5
Powiat m. st. Warszawa	42,0	40,3	43,5

Źródło: zestawienie własne na podstawie danych GUS w 2020 r. <https://bdl.stat.gov.pl/BDL/dane/podgrup/tablica>

Tabela 7 Przeciętne dalsze trwanie życia kobiet i mężczyzn w wieku 60 lat oraz 65 lat w województwie mazowieckim w 2020 roku

mężczyźni						kobiety					
ogółem		w miastach		na wsi		ogółem		w miastach		na wsi	
60 lat	65 lat	60 lat	65 lat	60 lat	65 lat	60 lat	65 lat	60 lat	65 lat	60 lat	65 lat
18,2	15,0	18,8	15,5	17,2	14,0	23,4	19,2	23,6	19,5	22,9	18,8

Źródło: zestawienie własne na podstawie danych GUS w 2020 r. <https://bdl.stat.gov.pl/BDL/dane/podgrup/tablica>

Tabela 8 Kobiety w subpopulacji osób w województwie mazowieckim w 2020 roku

Nazwa	ogółem
MAZOWIECKIE	109
Powiat białobrzeski	98
Powiat ciechanowski	103
Powiat garwoliński	102
Powiat gostyniński	106
Powiat grodziski	108
Powiat grójecki	104
Powiat kozienicki	102
Powiat legionowski	108
Powiat lipski	102
Powiat łosicki	101
Powiat makowski	100
Powiat miński	105
Powiat mławski	104
Powiat nowodworski	105
Powiat ostrołęcki	97
Powiat ostrowski	102
Powiat otwocki	109
Powiat piaseczyński	109
Powiat płocki	102

Nazwa	ogółem
Powiat płoński	103
Powiat pruszkowski	110
Powiat przasnyski	100
Powiat przysuski	101
Powiat pułtuski	102
Powiat radomski	101
Powiat siedlecki	99
Powiat sierpecki	103
Powiat sochaczewski	106
Powiat sokołowski	102
Powiat szydlowiecki	101
Powiat warszawski zachodni	108
Powiat węgrowski	100
Powiat wołomiński	108
Powiat wyszkowski	102
Powiat zwolenński	101
Powiat żuromiński	103
Powiat żyrardowski	109
Powiat m. Ostrołęka	110
Powiat m. Płock	112
Powiat m. Radom	111
Powiat m. Siedlce	112
Powiat m. st. Warszawa	117

Źródło: zestawienie własne na podstawie danych GUS w 2020 r. <https://bdl.stat.gov.pl/BDL/dane/podgrup/tablica>

Tabela 9 Częstkowe współczynniki obciążenia demograficznego osobami starszymi w województwie mazowieckim 2020 roku

	ludność w wieku nieprodukcyjnym na 100 osób w wieku produkcyjnym	ludność w wieku poprodukcyjnym na 100 osób w wieku przedprodukcyjnym	ludność w wieku poprodukcyjnym na 100 osób w wieku produkcyjnym	współczynnik obciążenia demograficznego osobami starszymi
MAZOWIECKIE	70,7	114,0	37,7	28,6
Powiat białobrzeski	66,0	94,5	32,1	24,1
Powiat ciechanowski	67,1	120,2	36,6	26,6
Powiat garwoliński	67,7	87,6	31,6	23,8
Powiat gostyniński	66,0	140,8	38,6	28,6
Powiat grodziski	72,1	94,0	34,9	26,3
Powiat grójecki	70,2	113,7	37,3	27,9
Powiat kozienicki	69,0	135,8	39,7	29,6
Powiat legionowski	70,7	95,6	34,5	25,9
Powiat lipski	70,4	146,2	41,8	31,5
Powiat łosicki	70,5	125,8	39,3	30,0

	ludność w wieku nieprodukcyjnym na 100 osób w wieku produkcyjnym	ludność w wieku poprodukcyjnym na 100 osób w wieku przedprodukcyjnym	ludność w wieku poprodukcyjnym na 100 osób w wieku produkcyjnym	współczynnik obciążenia demograficznego osobami starszymi
Powiat makowski	67,7	114,9	36,2	27,2
Powiat miński	68,6	94,4	33,3	25,0
Powiat mławski	63,9	109,7	33,4	25,0
Powiat nowodworski	66,8	110,2	35,0	25,7
Powiat ostrołęcki	59,4	85,2	27,3	20,8
Powiat ostrowski	66,8	123,0	36,8	27,7
Powiat otwocki	72,7	110,2	38,1	28,4
Powiat piaseczyński	69,8	81,5	31,3	23,5
Powiat płocki	61,3	104,7	31,4	23,8
Powiat płoński	66,2	115,0	35,4	26,5
Powiat przyski	73,5	108,1	38,2	28,9
Powiat przasnyski	67,3	101,3	33,9	25,2
Powiat przysuski	66,0	124,5	36,6	27,7
Powiat pułtuski	65,6	105,4	33,7	25,0
Powiat radomski	63,2	93,6	30,5	22,7
Powiat siedlecki	65,1	96,4	31,9	24,6
Powiat sierpecki	62,9	112,2	33,3	24,9
Powiat sochaczewski	68,5	111,8	36,2	26,7
Powiat sokołowski	70,9	136,1	40,9	31,0
Powiat szydlowiecki	63,2	115,4	33,8	25,6
Powiat warszawski zachodni	70,4	99,9	35,2	26,1
Powiat węgrowski	69,2	115,5	37,1	28,4
Powiat wołomiński	66,8	75,5	28,8	21,4
Powiat wyszkowski	65,4	91,6	31,3	23,1
Powiat zwoleński	65,3	113,2	34,7	26,2
Powiat żuromiński	64,3	117,4	34,7	26,5
Powiat żyrardowski	72,0	118,1	39,0	29,0
Powiat m. Ostrołęka	71,9	126,4	40,1	28,2
Powiat m. Płock	73,7	145,6	43,7	32,8
Powiat m. Radom	71,9	142,2	42,2	31,2
Powiat m. Siedlce	76,4	110,0	40,0	29,3
Powiat m. st. Warszawa	75,8	131,6	43,1	33,5

Źródło: zestawienie własne na podstawie danych GUS w 2020 r. <https://bdl.stat.gov.pl/BDL/dane/podgrup/tablica>

BIBLIOGRAFIA

- Abramowska-Kmon A. (2011). O nowych miarach zaawansowania procesu starzenia się ludności. *Studia Demograficzne* 1(159).
- Bakalarczyk R. (2021). *Seniorzy obecni? Starzejące się społeczeństwo – prognozy, wyzwania, możliwości*, Warszawa: Caritas Polska.
- Golinowska S., Holzer J., Szwarc H., Pędich W. (1999). Starzenie się i starość: pojęcia, tendencje, cechy i struktury. W: S. Golinowska (red.), *Ku godnej aktywnej starości. Raport o rozwoju społecznym. Polska 1999*. Warszawa: UNDP.
- GUS. (2014). *Prognoza ludności na lata 2014-2050*, <https://stat.gov.pl/obszary-tematyczne/ludnosc/prognoza-ludnosc/prognoza-ludnosc-na-lata-2014-2050-opracowana-2014-r-,1,5.html>.
- GUS. (2020a). *Trwanie życia w 2020 roku*, <https://stat.gov.pl/obszary-tematyczne/ludnosc/trwanie-zycia/trwanie-zycia-w-2020-roku,2,15.html>.
- GUS. (2020b). *Procesy demograficzne w województwie mazowieckim w latach 2000-2019 oraz w perspektywie do 2040 r.*, <https://warszawa.stat.gov.pl/opracowania-biezace/opracowania-sygnalne/ludnosc/procesy-demograficzne-w-wojewodztwie-mazowieckim-w-latach-20002019-oraz-w-perspektywie-do-2040-r-,8,1.html>.
- GUS. (2021). *Sytuacja osób starszych w Polsce w 2019 roku*, <https://stat.gov.pl/obszary-tematyczne/osoby-starsze/osoby-starsze/sytuacja-osob-starszych-w-polsce-w-2019-roku,2,2.html>.
- GUS. (2021). *Rocznik Demograficzny 2021*, <https://stat.gov.pl/obszary-tematyczne/roczniki-statystyczne/roczniki-statystyczne/rocznik-demograficzny-2021,3,15.html>.
- GUS. (2021a). *Ludność. Stan i struktura ludności oraz ruch naturalny w przekroju terytorialnym (stan w dniu 31.12.2020)*, <https://stat.gov.pl/obszary-tematyczne/ludnosc/ludnosc/ludnosc-stan-i-struktura-ludnosc-i-ruch-naturalny-w-przekroju-terytorialnym-stan-w-dniu-31-12-2020,6,29.html>.
- Szarota Z. (2004). *Gerontologia społeczna i oświatowa. Zarys problematyki*. Kraków: Wydawnictwo Naukowe Akademii Pedagogicznej.
- Szukalski P. (2011). Starzenie się ludności – wyzwanie XXI wieku. W: P. Szukalski, Z. Szwedaw-Lewandowska, *Elementy gerontologii społecznej, Skrypt dla studentów Podyplomowego Studium Gerontologii Społecznej UŁ*. Łódź: Wydawnictwo Biblioteka.