

건강한 노화 10년 기본보고서-2(원문 43-51쪽 요약)
(Decade of Healthy Ageing Baseline Report)

요약번역: 아셈노인인권정책센터 조산새 연구원

sscho@asemgac.org

고유역량(intrinsic capacity)

고유역량에 대한 비교분석을 위해, 36개국의 기존 통계를 활용해 비교분석이 진행되었으며, 36개국은 WHO 회원국의 25%에 해당하며, 이 중 31개국에 대해서는 기본적 필요 충족능력 점수를 도출한 바 있다. 비교분석 대상이 된 36개국에는 약 5억7천8백만명의 노인이 거주하고 있으며, 이들 노인 인구는 36개국 전체 인구의 15%를 차지함과 동시에 2020년 기준 전 세계 노인 인구의 55%에 해당한다.

고유역량을 측정하기 위한 2개의 항목으로 "단어 기억 검사(delayed word recall)"와 "손 악력 검사(hand grip strength)" 외에도 3번째 항목으로 응답자의 체중 또한 비교분석에 추가했다.

[단어기억력]

36개국의 기존 자료를 활용한 분석 결과, '단어기억력'은 연령이 증가할수록 감소했고, 각 연령별 사회경제적 지위의 척도가 되는 교육수준과 관련하여, 고학력(중등교육 이상 이수) 노인들의 경우 초등교육을 이수했거나 교육을 받지 않은 노인들에 비해 단어기억력이 더 높았다. 성별에서 두드러지는 차이는 없는 것으로 나타났다.

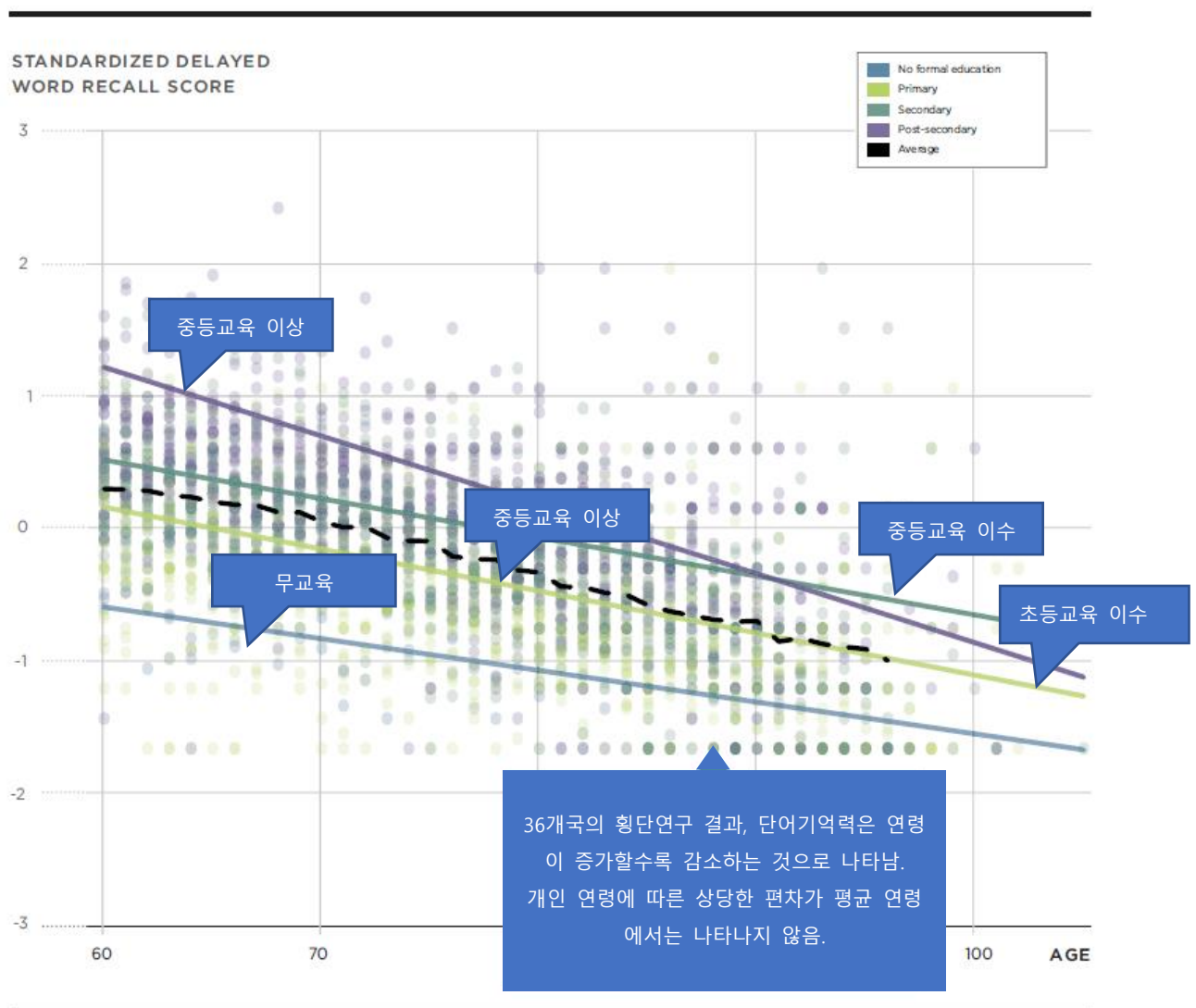
교육 수준을 불문하고 연령의 증가에 따라 단어기억력은 감소하는 것으로 나타났지만, 상대적으로 고학력 노인의 경우 급격한 감소세를 보이는 것으로 나타났다. 그림 2.3은 60세 이상 노인 대상 국가별 단어기억력 평균 점수와 교육수준의 편차 단위의 수를 나타낸 것으로, 85세 이상부터는 평균보다 표준 편차가 거의 -2에 달한다. 36개국에서 평균적으로 여성과 남성 모두 60-64세와 65-69세 간의 차이는 거의 없었다. 75-79세, 80-84세, 85-89세 간의 평균 점수 또한 마찬가지로 비슷했다. 70-74세 여성의 경우, 64-69세 남성의 점수와 비슷했다. 그러나 90세 이상의 경우, 여성이 남성보다 더 낮은 점수를 보인다.

[악력]

영국의 한 연구에 따르면, 악력은 여성과 남성 모두에게서 시간이 지날수록 변화하는 것으로 나타났으며, 40세에 가장 강한 악력을 보인 이후로부터 점차 감소하는 것으로 나타났다. 그러나 각 연령별로 상당한 편차가 있음을 고려해야 한다.

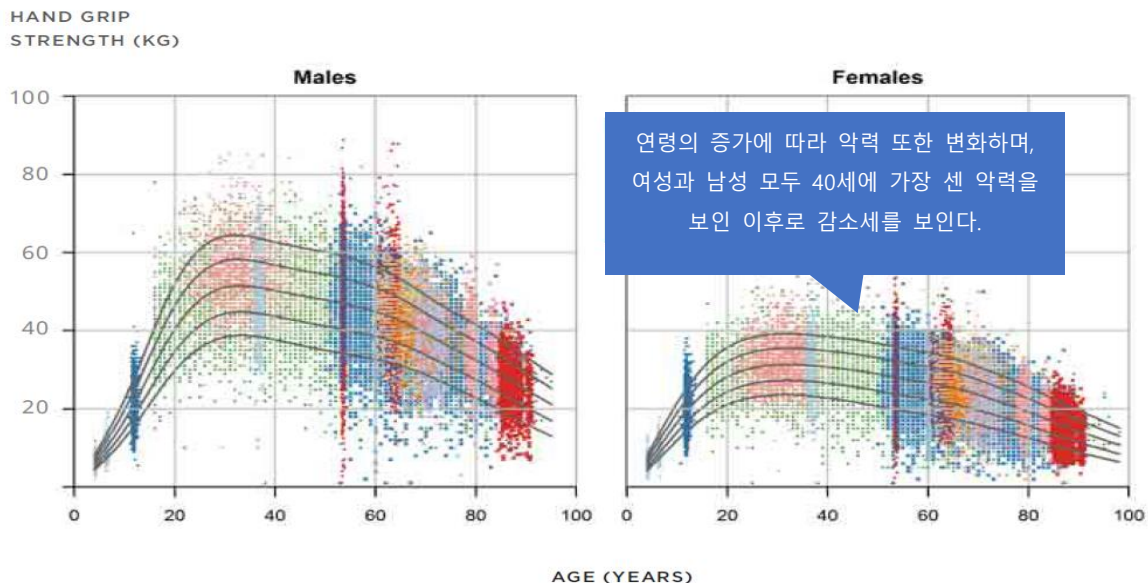
유럽 국가를 대상으로 수행된 연구에 따르면, 낮은 지위의 직업을 가진 남성의 경우 악력의 감소가 나타나는 반면, 여성은 그렇지 않은 것으로 나타났다. 이와 관련하여, 악력과 사회인구학적 요소 및 불평등의 상관관계에 관한 추가 연구가 필요할 것으로 보인다. 평균적으로 예상한 바와 같이 성별, 그리고 연령별로 악력이 다르게 나타났다. 그러나 악력에 비해 앞서 살펴 본 단어기억력이 연령별로 좀 더 많은 편차를 나타냈다.

[그림 2.3] 36개국 대상 연령 및 교육수준별 인지역량(단어기억력)



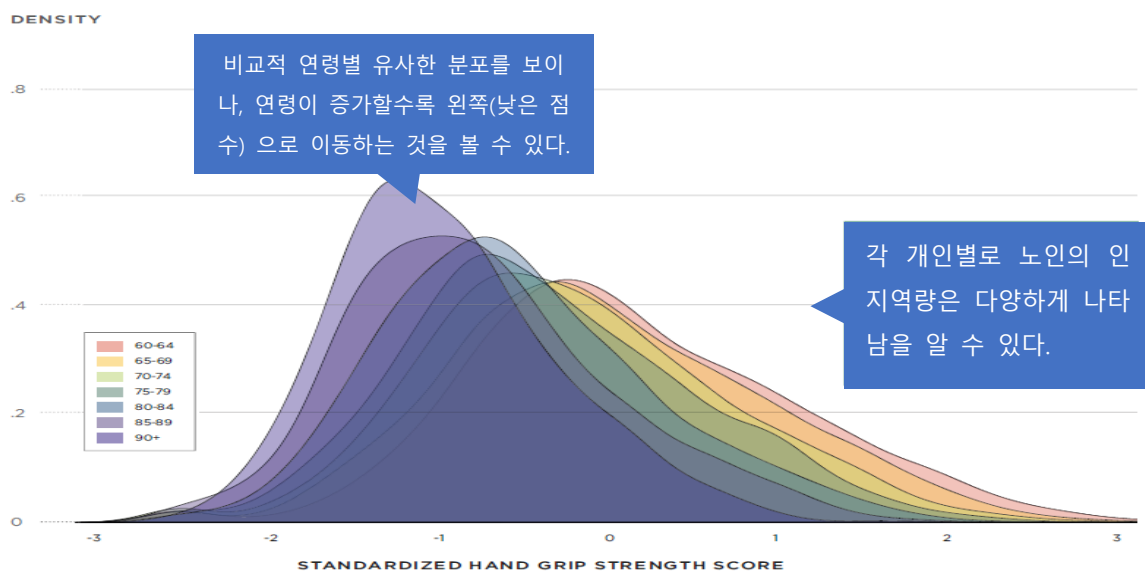
* 오스트리아, 벨기에, 브라질, 불가리아, 캐나다, 중국, 체코, 덴마크, 에스토니아, 핀란드, 프랑스, 독일, 가나, 그리스, 헝가리, 인도, 이스라엘, 이탈리아, 라트비아, 리투아니아, 룩셈부르크, 말레이시아, 몰타, 멕시코, 네덜란드, 폴란드, 포르투갈, 루마니아, 슬로바키아, 슬로베니아, 남아프리카공화국, 스페인, 스웨덴, 스위스

[그림 2.4] 영국의 연령별 기력*(vitality: 악력)의 정도



* 악력(hand grip strength)은 인지역량 역역에서 노인의 기력을 측정하는 척도로 평가됨.

[그림 2.5] 36개국의 연령집단(5년주기)별 기력(악력) 점수 분포도



* 오스트리아, 벨기에, 브라질, 불가리아, 캐나다, 중국, 크로아티아, 사이프러스, 체코, 덴마크, 에스토니아, 핀란드, 프랑스, 독일, 가나, 그리스, 헝가리, 인도, 이스라엘, 이탈리아, 라트비아, 리투아니아, 룩셈부르크, 말레이시아, 몰타, 멕시코, 네덜란드, 폴란드, 포르투갈, 루마니아, 슬로바키아, 슬로베니아, 남아프리카공화국, 스페인, 스웨덴, 스위스

그림 2.5에서 연령집단별 밀집분포는 비교적 유사하지만, 조금씩 연령이 증가할수록 왼쪽(낮은 점수)으로 이동하는 것을 알 수 있다. 물론 최고령 집단(90세 이상)에서도 60-64세 연령집단과 동등한 악력의 세기를 보이기도 한다.

또한 36개국 평균적으로 남성이 여성보다 악력의 세기가 더 센 것으로 나타나며, 최고령층에서는 그 세기의 차이가 좁아지는 것 또한 알 수 있다. 악력의 경우에는 성별 비교보다는 동성 간 비교가 좀 더 유의미한 결과를 제시해줄 것으로 보인다.

모든 노인이 단어기억력과 악력으로 측정된 인지역량의 감소를 경험하는 것은 아니나, 평균적으로 생물학적 연령에 따라 감소를 경험한다. 그러나 이와 같은 역량의 감소가 무조건적인 것은 아니다. 36개국의 평균 수치가 개별 연령과 개개인의 역량 차이 등을 드러내지는 못하기 때문이다.

● 정책적 시사점

- 위 분석결과는 노인의 신체적, 인지적 역량은 개개인마다 매우 다양함을 보여주며, 각 연령집단별로 노인의 역량 상태는 매우 다른 것으로 나타난다. 최고령층 집단(90세 이상)의 인지역량이 60-64세 집단과 동등하게 나타나는 경우도 적지 않기 때문이다. 따라서 인지역량과 관련된 모든 정책은 전 연령대에 대한 분리통계와 정보에 입각하여 기획, 모니터링 및 평가되어야 한다.
- 신체 및 정신적 역량의 심각한 감퇴는 노인에게 스스로를 돌볼 수 있는 능력과 사회참여 및 사회에 기여할 수 있는 기회를 제한하는 장애물이 될 수 있다. 회복 및 보조를 지원하는 기술, 노인친화적 환경은 노인의 기능적 역량을 향상시킬 수 있다. 인지역량의 감소를 경험하는 모든 노인들에게 재가 및 시설 요양서비스 또한 적절히 제공되어야 한다.
- 인지역량을 측정하는 단어기억력, 악력 등은 교육수준 등과 같은 사회경제적 측면과 연관되어 있으므로, 노인의 신체적, 정신적 역량과 관련된 지원 정책 및 전략은 생애주기 동안 축적된 사회적 불평등과 현재의 기회의 부족 등의 문제를 반영할 수 있어야 한다. 따라서 생애주기 동안의 인지 역량의 궤적을 측정하고 수집하기 위한 통계 및 연구가 요구된다.
- 그러나 전세계적으로 건강한 노화에 대한 모니터링이 가능하기 위해서는, 국가별로 기능적 역량과 인지 역량의 각 영역을 비교측정할 수 있도록 설정하는 노력 또한 필요하다.

아셈노인인권정책센터는 아셈 지역과 국제사회의 고령화와 노인인권 관련 자료를 정기적으로 모니터링하고 주요 자료를 요약 및 번역하여 공유하고 있습니다. 자료의 내용에 대한 책임은 각 기관에게 있음을 참고하여 주시기 바라며, 번역에 대한 의견이 있으시면 담당자에게 연락주시기 바랍니다