

ANDREA MAIER OVER VEROUDERING

WAT ALS WE ALLEMAAL 130 WORDEN?

Over een aantal decennia al kunnen mensen 130 jaar oud worden. Dat bevestigt prof. dr. Andrea Maier. Zo ver de honderd voorbij lijkt sciencefiction, maar staat veel dichterbij de realiteit dan we durven denken. De voorwaarde is wel dat we gezonder gaan leven. Maar hoe goed is onze maatschappij voorbereid op onze 'eeuwige houdbaarheid'? Schept (zo veel) langer leven een economische opportuniteit of legt het een bom onder onze sociale zekerheid? Hoe moeten we onze arbeids- en pensioenorganisatie koppelen aan die torenhoge levensverwachting?

Andrea Maier is professor gerontologie aan de Vrije Universiteit Amsterdam en de University of Melbourne. Ze bestudeert de ouderdomsvraagstukken en het ouderdomsvraagstuk. Haar onderzoek legt de 'ongekende' toekomst van ons lichaam bloot. "Iemand die vandaag 65 jaar is, zal gemiddeld nog 20 jaar leven. Trouwens, 65 is niet oud. Onderzoek toont aan dat we minstens tot 70 fysiek en cognitief tot heel wat in staat blijven. Mensen van die leeftijd worden echter meer dan jonge mensen geplaagd met een cumulatieve aan chronische ziektes. De comorbiditeit – het naast elkaar voorkomen van verschillende ziektes – kan de wetenschap vandaag voorspellen, de sterftেকans op middellange termijn trouwens ook. Concreet betekent dit dat we patiënten preventiever en beter kunnen verzorgen."

VEROUDEREN IS EEN ZIEKTE

Het doel van de gerontologie is net om het verouderingsproces en de opeenstapeling van chronische ziektes te bestrijden. Door veroudering als een echte ziekte te behandelen en ouderdomsziekten zoveel als mogelijk te vermijden wordt een gezond langer leven mogelijk. Volgens prof. Maier is veroudering wel degelijk een ziekte. "Neem de alvleesklier. Naarmate we ouder worden verzwakt de functie ervan en krijgen we diabetes.

Bloedvaten slibben dicht en we krijgen de ziekte aderverkalking. En zo kan ik nog een poosje doorgaan. Als veroudering zoveel ziektes veroorzaakt, dan is ook veroudering zelf een ziekte. Anders gezegd, wie veroudering kan tegengaan, vermijdt een pak ouderdomsgerelateerde ziektes." De Wereldgezondheidsorganisatie volgt die logica en erkent veroudering als een ziekte sinds 2018.

Sciencefiction? Neen. Celonderzoek toont aan dat de wetenschap het ouder worden wel degelijk kan vertragen. Sterker zelfs. Veroudering is vandaag al omkeerbaar. "Onderzoek bewijst dat muizen door celmanipulatie via specifieke senolytische medicatie hun verouderingsschade verliezen. Muizen die gemiddeld drie jaar oud worden, kon men tot twee jaar jonger maken, zowel fysiek als cognitief. Hun levensduur en gezondheid gingen erop vooruit. Gelijkaardig onderzoek bij mensen is veelbelovend."

MAATSCHAPPELIJKE IMPACT

De maatschappelijke impact van onze 'eeuwige houdbaarheid' is geen medische, maar een filosofische en ethische kwestie, zegt prof. Maier: "Een autofabrikant denkt ook niet na over de files. Waarmee ik niet beweert dat ik mij als verouderingsonderzoeker niet verantwoordelijk voel. Ik streef niet naar onsterfelijkheid,



ANDREA MAIER

“IEMAND VAN 65 IS NIET OUD!”

“DE MAATSCHAPPIJ MOET BESLISSEN HOE WE DE VEROUDERINGSZIEKTE INPASSEN IN DE SAMENLEVING”

maar bestudeer hoe de mens gezonder ouder kan worden. Maar het is de maatschappij die moet beslissen hoe we de verouderingsziekte inpassen in de samenleving en hoe we in functie daarvan de bestaande organisatie- en financieringsmodellen herdenken.”

Wat is het effect van langer leven op de maatschappij? Veel landen leggen de wettelijke pensioenleeftijd voor mannen en vrouwen op 65 jaar. De werkelijke pensioenleeftijd in België duikt daar tot vijf jaar onder, terwijl die in landen als Japan of Zuid-Korea een stuk hoger ligt. Intussen groeit onze ouderenpopulatie sterk en stellen we vast dat de ouderen zich veel actiever voelen en gedragen dan een halve eeuw geleden. “De combinatie van die evoluties vormt op het eerste gezicht een bedreiging, maar biedt ook opportuniteiten. Ze zet onze sociale zekerheid en de betaalbaarheid van de gezondheidszorg en het bestaande pensioenmodel zwaar onder druk. Maar langer werken kan ook bijdragen tot een groter bbp, hogere overheidsinkomsten en een gezonder langer leven – en lagere gezondheidskosten. Hoog tijd dus om na te denken over meer flexibele werkorganisatie en een gefaseerd pensioenstelsel op maat van het individu.” □

YVES STEVENS



DRIE ONGEMAKKELIJKE WAARHEDEN

Is (zo veel) langer leven een economische opportuniteit of veeleer een bom onder onze pensioenen en gezondheidszorg? Prof. dr. Yves Stevens, pensioenspecialist van de KU Leuven, detecteert drie ‘ongemakkelijke’ waarheden of onzekerheden die de toekomst van ons pensioenmodel zullen bepalen:

1. Het driepijlerstelsel (wettelijk, aanvullend, individueel), zoals voorgesteld door de Wereldbank in 1994 werd in 2014 door diezelfde bank afgezworen. De risico's

verbonden aan pensioen zijn te complex geworden om ze in pijlers te vatten. De macro-economische zekerheden van vroeger gelden vandaag niet meer in de drie pijlers;

2. Het economisch evenwicht tussen de oudere en de jongere generatie brokkelt af. Het pensioen heeft een dubbele doelstelling: ouderen behoeden voor armoede en de inkomensvervangingsratio tussen het actieve en passieve leven zo hoog mogelijk houden. Dat laatste staat onder zware druk, want in almaar meer landen overstijgt het netto-inkomen van gepensioneerden dat van de actieve jongere generaties. Dat zgn. ‘Musgrave disequilibrium’ neemt sinds 2019 binnen de OESO duidelijk toe;

3. De groeiende levensverwachting ten slotte staat voor een grensdoorbekend momentum en zal onze manier van denken over ouder worden disrupteren zoals nooit tevoren. Lees zeker het inspirerende werk over het concept van ‘the downloadable brain’ ([youtube.com/watch?v=wdYy2SMgTH4](https://www.youtube.com/watch?v=wdYy2SMgTH4)) van neurowetenschapster prof. dr. Hannah Critchlow aan de universiteit van Cambridge.

