



Институт статистических исследований и экономики знаний



приоритет2030⁺
лидерами становятся



Центр междисциплинарных исследований человеческого потенциала

Здоровье

Рост внимания к собственному здоровью



Институт статистических исследований и экономики знаний (ИСИЭЗ) НИУ ВШЭ представляет результаты исследования трендов развития человеческого потенциала. Методология исследования включает методы интеллектуального анализа больших данных на базе системы iFORA, созданной в ИСИЭЗ НИУ ВШЭ, а также экспертные сессии и опрос Дельфи с участием более 400 ведущих иностранных и российских ученых в области человеческого потенциала.

Проект реализуется в рамках деятельности Научного центра мирового уровня «Центр междисциплинарных исследований человеческого потенциала» и Кафедры ЮНЕСКО по исследованиям будущего (сеть UNESCO Futures Literacy Chairs).

Полный перечень трендов представлен в уникальной общедоступной базе данных (https://ncmu.hse.ru/chelpoten_trends).

Трендлеттер подготовлен по данным issek.hse.ru, who.int, globalwellnessinstitute.org, statista.com и др.

Авторы несут ответственность за выбор и представление информации, содержащейся в материале, а также мнения, высказанные в нем, которые не обязательно совпадают с мнением ЮНЕСКО.

Структура тренда

- **Рост популярности здорового образа жизни**

Все больше людей в мире осознанно относятся к своему здоровью, в том числе психическому. ООН называет здоровый образ жизни одним из важных факторов устойчивого развития. Многие страны реализуют программы повышения физической активности населения, сокращения употребления нездоровой пищи и алкоголя, отказа от вредных привычек. Растет число работодателей, которые мотивируют сотрудников укреплять здоровье, что напрямую связано с повышением производительности труда и снижением расходов на корпоративные программы медицинского страхования.

Совершенствуются технические средства, предназначенные для самостоятельного контроля показателей здоровья и уровня физической активности. Благодаря миниатюризации электронной компонентной базы, появлению новых решений в области передачи данных и сенсорики становятся более доступными носимые устройства. Они помогают человеку контролировать свое физическое и эмоциональное состояние, что побуждает вести здоровый образ жизни. Этому способствуют также распространение смартфонов и появление приложений для ЗОЖ, которые часто базируются на принципах геймификации.

Набирает популярность биохакинг. Приверженцы этого движения ради повышения продолжительности и качества жизни используют современные технологии, направленные на модификацию организма: улучшение памяти, внимания, работоспособности, достижение эмоциональной стабильности, стрессоустойчивости.

- **Распространение биохакинга**

- **Развитие программ комплексного медицинского обследования**

Рост озабоченности своим здоровьем и повышение медицинской грамотности привели к увеличению спроса на проведение диагностических мероприятий. Многие клиники запустили программы специальных обследований, направленных на скрининг возможных заболеваний. Такие программы могут предлагать комплексную проверку всего организма или быть ориентированными на конкретную потребность человека – анализ сердечно-сосудистой или эндокринной систем, подготовку к беременности или выявление предрасположенности к онкологическим заболеваниям. По итогам чек-апа (от англ. check-up – «проверка», «осмотр») человек получает персональные рекомендации, оценку рисков развития отдельных заболеваний, перечень дополнительных обследований.

Важный аспект благополучия человека – психическое здоровье, на которое влияют как врожденные биологические, так и внешние факторы, включая социально-экономические. По оценкам Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), 1 долл., потраченный на увеличение доступности услуг по лечению психических расстройств, приносит почти 4 долл. в виде улучшения состояния здоровья населения и повышения производительности труда. В 148 странах реализуются специальные планы и стратегии в области улучшения ментального здоровья. Многие компании запускают программы, направленные на психологическую поддержку персонала, стараются создавать комфортные условия труда и благоприятный климат на рабочем месте, в том числе конкурируя за наиболее перспективных сотрудников.

- **Рост внимания к психическому здоровью**

Ключевые оценки

7 трлн долл.

достигнет велнес-экономика в 2025 г.
(в 2020 г. – 4.4 трлн долл.)

12.2%

населения Земли будут пользоваться
фитнес-приложениями к 2027 г.
(в 2023 г. – 9.7%)

Параметры тренда



Влияние на человеческий потенциал¹

1

2

3



Слабый сигнал²

Прогрессивный биохакинг



Период максимального проявления

2026–2030 гг.



Джокер³

Разработка молекулярно-генетических методов, замедляющих процесс старения или запускающих процесс омоложения



Влияние пандемии COVID-19

Усилила развитие тренда



Последствия реализации джокера

Остановка процесса старения организма человека



Уровень проявления в России

Ниже мирового

¹ Влияние: 1 – слабое, 2 – среднее, 3 – сильное.

² Слабый сигнал (weak signal) – событие, обладающее низкой степенью значимости (упоминаемости, популярности), но указывающее на радикальные трансформации тренда в будущем.

³ Джокер – слабopредсказуемое событие, которое в случае его реализации может оказать значительное влияние на развитие тренда.

Драйверы и барьеры



Драйверы

- Повышение осведомленности населения в вопросах здоровья, оказания фитнес-услуг
- Распространение носимых устройств в области здравоохранения и фитнеса, рост популярность приложений mHealth
- Развитие инфраструктуры для занятий физкультурой и спортом, активного досуга
- Расширение ассортимента здоровых продуктов питания



Барьеры

- Сложность отказа от вредных привычек
- Распространение малоподвижного образа жизни, связанного с офисной работой, использованием «пассивного» транспорта (автомобилей, самолетов и др.), гаджетов (в том числе в быту) и др.
- Изменения в образе жизни и культуре приема пищи, способствующие потреблению менее здоровой еды
- Высокий ритм жизни и постоянный стресс, негативно влияющие на психическое здоровье человека
- Недостаточная компетентность специалистов в области ЗОЖ (врачей, диетологов, фитнес-тренеров и др.)

Эффекты



Возможности

- Повышение уровня здоровья населения, продолжительности жизни, снижение уровня смертности и заболеваемости



Угрозы

- Риск развития ипохондии, гипердиагностики, которые могут привести к психическим расстройствам