

여성의 환경적응성과 남성의 문화적응성이 장수 영향

글 | 박상철 _ 서울대학교 노화고령사회연구소 소장 scpark@snu.ac.kr

우리 나라 인구 패턴 변화의 가장 큰 특징은 무엇보다도 인구 고령화 현상이다. 출산율이 낮아지는 한편, 고령인의 사망률도 낮아짐으로써 인구 고령화가 가속되고 있음은 엄연한 현실이다. 전국적인 평균 수명의 증가는 실로 놀랄 만하여 1960년대에 평균수명이 50세에 불과하였지만, 2000년대에는 이미 75세가 넘게 되었으며, 이러한 평균 수명의 증가는 더욱 가속되고 있다.

우선 이러한 국민 평균수명의 증가요인은 무엇일까? 무엇보다도 생활거주환경과 사회문화적 환경의 개선을 거론하지 않을 수 없다. 의료시설과 의료시혜는 물론 상하수도와 전기 공급 및 도로망과 교통 시스템 구축을 비롯한 사회안전망의 확보는 무엇보다도 큰 영향을 미쳤으리라는 점을 부인할 수 없다. 이러한 평균 수명의 증가와 더불어 더욱 큰 관심을 끌게 하는 것은 초장수도의 증가이다. 백세인 숫자가 1990년대에 200여 명, 1995년대에 500여 명, 1998년에 1천 명을 돌파, 2000년에 2천 명에 이르렀다는 통계는 비록 확인 과정에서 일부 문제점이 나오기는 하였지만 우리나라의 엄청난 장수도 증가현상을 웅변하고 있다.

일반적으로 평균수명 증가는 사회전반적인 생태환경 위생상태 등에 의해 영향을 많이 받기 때문에 사회적 측면에서 많이 이해되고 있으나, 백세인과 같은 초장수도는 보다 유전적 영향을 많이 받고 있다고 인정되어 왔기 때문에 장수도에 미치는 사회환경요인에 대한 분석 연구가 그렇게 많지 않았던 것도 사실이다. 그러나 서울대학교 노화고령사회연구소가 수행한 한국의 백세인 연구는 의학, 영양학, 심리학, 가족학, 생태학, 경제학, 복지학, 인류학 등 다양한

연구진에 의한 협력 연구였기 때문에 그 동안 간과되어 왔던 많은 사실들을 새롭게 볼 수 있었으며 주민의 장수에 대한 새로운 개념도 도출할 수 있었다.

사회 환경 요인의 영향으로 장수지역 변화

백세인 조사는 실제로 당사자를 직접 방문해야만 하기 때문에 전국 방방곡곡을 찾게 되었고, 그 과정에서 장수인이 밀집한 지역을 총칭한 장수지역이란 개념을 도출하였다. 장수지역의 지역적 특성을 규명하기위한 노력의 일환으로 통계자료를 바탕으로 지역의 장수도와 여러 가지 사회 환경 생태 변인들과의 상관관계를 분석해 보았다. 전통적으로 우리나라 장수지역은 제주도와 전남 남해안 지역이었다. 그러나 2000년 통계자료에 입각한 우리나라 장수지역은 예천군, 상주시, 순창군, 영광군, 함평군, 담양군, 곡성군, 구례군, 보성군, 제주 일원으로 보다 확대되어 있었다. 따라서 이러한 장수지역을 중심으로 지역의 사회환경, 생태의 변인들과 주민의 장수도와와의 상관관계를 비교분석하여 보았다.

우선 장수지역의 지형적 특성을 비교분석하였다. 지형적 특성에 따른 생태환경요인과 장수도와와의 비교 조사를 위한 지역장수도와 지역 평균 표고와의 상관관계 조사 결과는 표고가 아주 높은 지역이나 낮은 지역보다 중산간지방의 장수도가 높게 나왔다. 또한 장수지역의 생태적 특성 분석을 위한 장수도와 지역의 삼림도와의 상관관계조사 결과는 숲이 아주 많거나 적은 지역이 아니고 숲이 적당히 우거진 지역의 장수도가 높음을 보여주고 있었다. 그리고 지

역의 기온과 강우량의 경우에는 강우량이 많은 지역, 그리고 기온이 상대적으로 높은 온난한 지역의 장수도가 높았다. 한편 장수에 미치는 사회 환경변화요인 조사에서는 지방세 납부액으로 비교해 본 결과, 지역의 경제 상태는 경제적으로 아주 풍요하거나 가난한 지역이 아니라 적절한 경제적 상태를 유지하는 지역의 장수도가 높으며, 또한 주민의 이주도와 장수도를 비교한 연구에서는 주민의 이입이나 이출이 많은 지역이 아니라 이동이 적은 지역 즉 비교적 고립된 지역에서 장수도가 높은 경향을 보여주고 있었다. 또한 장수에 미치는 의료의 역할을 비교한 자료에서는 병원이 많거나 의료인이 많은 지역이 반드시 장수도가 높은 것이 아니라 적절한 숫자의 의료인과 의료시설이 있는 지역이 장수도가 높은 것으로 나타났다. 이러한 사실은 지역의 생태환경 그리고 사회경제요인이 주민의 장수도에 일정한 영향을 미치고 있음을 보여준다고 하겠다.

그러나 이러한 조사 과정 중에서 지역의 자료를 5년 단위로 비교해 보던 중, 지역의 장수도가 지역에 따라 시간경과에 따라 크게 변화하고 있음을 알게 되었다. 따라서 고정된 특정 장수지역이라는 개념을 버리고 능동적으로 변화하는 지역장수의 패턴에 대하여 더욱 관심을 가지지 않을 수 없게 되었다. 즉 종래의 전통적 장수지역에서 최근의 자료를 보면 서울 및 경인 지역의 장수도가 크게 향상되어 새롭게 장수지역의 대열에 서게 되는 변화를 보여주고 있다. 특정 지역이라는 장수지역이 아니고 지역의 장수도가 변화하는 이유는 무엇인지, 새롭게 부각되는 장수지역의 특성은 무엇인지에 대한 많은 새로운 의문이 제기되고 있다. 기본적 생태환경은 크게 변화되지 않고 있는 지역의 장수도가 상대적으로 변화한다는 사실은 장수도와 환경 변화간의 상호관계에 대하여 주목을 하지 않을 수 없게 하고 있다. 이러한 지역장수 패턴의 변화요인 규명은 미래 고령사회를 대비하기 위한 좋은 시금석이 될 수 있을 것이다.

‘환경 적응성’ 특성 갖는 여성장수도

우리 나라 지역 장수도를 총체적 측면이 아닌 보다 분석적 측면에서, 즉 지역 장수도의 남녀 성별에 의한 차이, 지역 문화적 특성에 의한 장수도의 차이를 비교해 보면 놀라운 결과를 얻게 된다. 지역에 따른 주민의 장수도가 남녀에 따라 크게 다르다는 사실이다. 즉 여성 장수도는 전남, 제주 지역이 압도적으로 높는데 반하여 남성 장수도는 강원도와 경북북부지방이 현저하게 높다는 점을 알게 된다. 이러한 장수도의 남녀에 따른 큰 차이가 발생하는 요인은 무엇일까? 우선 이 두 지역은 지형적으로 큰 차이가 있다. 남성 장수

지역은 지형이 험하고, 겨울철에 춥고 강설량이 많은 지역인 반면, 여성 장수 지역은 지형이 험하지 않고 비교적 온난한 기후를 가지고 있다는 점에서 대립된다. 이러한 지역적 장수도 차이는 일본의 결과와도 매우 유사하다. 일본 여성장수 지역인 오키나와는 보다 해양성으로 기후가 따뜻한 지역인 반면, 남성 장수 지역인 나가노 현은 일본의 알프스로 불리는 산악지역이고 동계올림픽이 개최될 만큼 겨울에 춥고 눈이 많이 내리는 지역이라는 점에서 매우 유사하여 이러한 지역적 환경 특성이 남녀의 장수도에 영향을 미쳤을 것으로 본다. 즉 지역적 생태적 기후적 특성이 지역주민의 생활패턴에 영향을 주었을 것이고, 특히 남녀 간의 서로 다른 생활행동양식은 이러한 환경적 요인에 대한 대응을 서로 다르게 유도함으로써 결과적으로 남녀 간의 장수도 차이에까지 일정한 영향을 미쳤을 것이다.

나아가서 장수도의 남녀별 차이를 지역뿐 아니라 사회, 환경, 생태, 문화의 지표로 다시 분석해 보자. 즉 지역에 따른 남녀별 장수도의 차이와 앞서서 검토하였던 모든 변인들을 나누어 비교해보면 놀라운 결과가 나온다. 즉 장수도와 상당한 상관관계를 보였던 지역의 평균 표고, 강우량, 삼림률, 기온, 지방세납부액, 의료시설과 의료인 숫자, 타지역으로의 이주율 등의 모든 지표들은 오직 여성 장수도와만 높은 상관관계를 보였을 뿐 남성 장수도와는 전혀 상관관계를 보여주지 않고 있었다. 여성의 장수도는 매우 환경적응적 특성을 보여주고 있으나 남성의 장수도는 이러한 사회환경 요인과는 전혀 상관없이 매우 독립적인 특성을 보여주고 있다는 사실은 남녀 장수도 차이의 새로운 해석을 가능하게 해주고 있다.

이러한 관점에서 다시 지역에 따른 장수 패턴의 변화를 분석해보면 흥미로운 사실을 알게 된다. 우리나라의 경우에도 지역에 따른 장수 패턴이 크게 변화하고 있지만 세계적으로 알려진 오키나와의 경우를 보면 참으로 흥미롭다. 지금부터 20년 전에는 오키나와의 장수도는 남녀 공히 세계 및 일본 전역에서 최고였다. 그러다 10년 전에는 여성 장수도는 1위였지만 남성 장수도가 4위로 밀리더니 2004년도에는 일본의 47현 중에서 여성 장수도는 1위였지만 남성 장수도는 26위로 밀려 유명한 ‘26 쇼크’라는 오키나와 사건이 벌어졌다. 그러더니 드디어 지난해에는 여성장수도 1위마저 뺏기게 되었다. 반면 나가노는 20~30년 전만해도 일본에서 수명이 짧고 못사는 지역으로 되어 있었지만 약 10년 전부터 남성 장수도가 1위로 올라서더니 드디어 지난해부터는 여성장수도도 1위로 오르게 되었다. 오키나와 장수도가 추락하는 원인에 대해서는 여러 가

지 의견이 많다. 해방 후 미국문화의 도입으로 젊은이들의 식생활이 서구화되고 생활패턴이 자동화됨으로써 노동량이 줄어들고 사회활동 패턴도 바뀌어졌기 때문이라는 주장이 설득력을 가지고 있다. 그 중에서도 남성의 경우 이러한 영향을 더욱 크게 받았기 때문이라는 것이다. 바로 이러한 점에서 남성 장수와 여성 장수의 차이를 성별에 따른 고유한 생물학적 특성의 차이보다 이와 같은 외적 요인의 차이로 설명하려는 시도가 타당성이 있다.

‘문화 종속성’ 갖는 남성 장수도

장수도가 남녀 간에 다르게 영향을 받고 있으며, 사회 변화에 따라 크게 변화하고 있음을 보여주고 있는 점은 종래 크게 관심을 가지지 않았던 장수에 대한 새로운 해석을 가능하게 하고 있다. 그렇다면 이러한 변화의 핵심은 무엇일까? 여성의 경우는 상당한 환경 적응적 특성을 보였으나 그러하지 못하는 남성의 장수에는 무슨 요인이 가장 강력할까? 의문이 아닐 수 없다. 바로 그러한 점에서 지역사회의 문화적 요인이 매우 중요함을 강하게 시사해 주고 있다. 문화는 바로 사람이 살아가는 생활패턴을 주재하고 결과적으로 주민의 평균수명을 결정하는 요인이 될 수 있기 때문이다. 이와 같이 장수가 문화적 영향을 받는다면 주민의 장수도를 개선하기 위하여서는 생활패턴의 개선이 무엇보다도 선행되어야 함을 전제하고 있다. 그러한 측면에서 우리 나라 고령인 사회의 문화적 특성을 되새겨 보아야 한다. 우리 나라 전통사회에서는 남녀의 역할, 특히 고령자의 경우 남녀의 역할 차이는 매우 분명하였다. 여성 노인의 경우 아무리 나이가 들어도 집안일 동네일에 품앗이를 아끼지 않고 살아왔으나 남성의 경우에는 고령인의 경우 제반 업무에서 벗어나고 오히려 편안과 휴식을 주로 하는 방관자적 삶을 살아왔으며 전형적인 피부양적 생활에 익숙해져 있었기 때문이다.

바로 이러한 관점에서 외국의 흥미로운 장수 패턴 몇 가지를 살펴보기로 한다. 우선 미국 펜실베이니아주 북쪽 애미시 마을 주민의 경우이다. 이들은 18세기에 스위스로부터 이주해온 청교도들로 지금도 마을에 전기가 들어오지 못하게 한 채 마차 타고, 곡괭이질로 농사지으며 옛날식으로 살아가는 주민들이다. 이들의 경우 흥미로운 사실은 남녀의 장수도 차이가 거의 없다는 점이다. 또한 남녀 수명 차이가 작은 사람들은 아랍의 이슬람계이다. 이들의 경우 흥미로운 점은 남자의 경우 나이에 상관없이 매일 적어도 네 차례씩 코란을 외우며 메카를 향하여 경배를 들이는데 보통 한 번에 20분 이상씩 소요한다하니 비록 종교적 이유이지만 매일 한 시간 이상의



충북 괴산 청천 삼송리 장수마을에서 노인들이 서예를 배우고 있다(사진제공=연합뉴스).

육체 운동을 아무리 나이가 들어도 지속한다는 점이 특별하였다. 그리고 서방지역에서 특이하게 남녀의 장수도가 거의 같은 지역으로 잘 알려진 이탈리아의 사르데냐 지방의 경우도 특별하다. 이 지역은 세계에서 거의 유일하게 백세인의 남녀 비율이 같다는 특별한 지역이다. 이 지역의 남성들은 아무리 나이가 들어도 지금도 매일 산에 올라가서 염소를 키우면서 자연과 더불어 살고 있다는 특별한 지역이다.

이러한 세계 여러 지방의 사례를 보면서 남녀 장수도의 차이를 비교해 보면 남성이 장수하기 위해서는 무엇보다도 그 지역의 전통적인 생활 관습이 매우 중요한 역할을 하였음을 배울 수 있다. 실제적으로는 생물학적으로 여성이 남성보다 더 장수할 수 있다는 여러 가지 장점이 있다. 여성의 호르몬이 남성 호르몬에 비하여 생체 보호적이라는 점, 여성의 생리현상은 체내의 철분의 체외 배출을 유도함으로써 유해산소 발생물을 감소시킬 수 있다는 점 등이 거론되고 있다. 뿐만 아니라 사회적 요인으로도 위험에의 노출량과 빈도가 남성보다 적으며, 인간적 대외 관계의 유지가 여성의 경우 훨씬 더 오래 순탄하게 이어져 나간다는 점 등이 여성 장수도의 우월성을 대변해주고 있다. 그러나 이러한 사회적 생물학적 단점에도 불구하고 남성도 여성에 못지않은 장수도를 갖출 수 있음이 앞서 언급한 여러 가지 사례에서 밝혀지고 있다. 즉 남녀 간의 장수도와 평균 수명 차이가 극복 불가능한 엄정한 진리가 아니라 극복 가능한 현상이라는 점에서 새롭게 대응하여야 한다. 그러나 이러한 사실을 바탕으로 비교해 볼 때, 적어도 장수현상에 관하여서는 남성은 여성과 달리 사회생태환경의 문제는 적극적으로 극복해 낼 수 있으나 문화적 한계에 대하여서는 매우 취약함을 보여주고 있다.

남성 노인 교육·훈련 강화해야 장수도 차이 극복

여성의 경우 고유한 장점으로 사회 환경에 적응적인 장수도를 보여주고 있는 반면, 남성의 경우는 이러한 사회 환경 요인보다 오

히려 문화적 측면에서의 생활 패턴 규제가 훨씬 중요함을 보여주고 있다. 즉 여성은 환경적응성인 반면 남성은 문화적응성 특징을 보여주고 있다. 따라서 이러한 관점에서 미래 고령사회를 대비하는 대책을 강구함에 있어서 중요한 요체는 무엇일까. 무엇보다도 남녀 간의 장수도의 괴리를 극복해내는 일이다. 남자 여자 모두 함께 장수할 수 있는 사회를 구축하여야 한다. 남성도 여성만큼 오래 장수할 수 있도록 하기 위해서는 무엇을 어떻게 하여야 할 것인가? 그것은 바로 문화적 충격을 최소화할 수 있는, 그리고 새로운 문화를 수용하도록 하는 교육과 훈련이다. 이러한 교육은 남성의 경우 더욱 심각하다. 고령인의 경우 여성들보다 남성의 경우 외부 문화에 대한 수용성이 낮기 때문에 더욱 심각하다. 실제로 노인복지관이나 문화센터에 찾아오는 고객은 거의 대부분이 여성이다. 남성의 참여도 자체가 낮은 것도 문제이다.

우리 나라의 경우 남녀 장수도의 차이는 매우 심각하다. 특히 초장수인의 남녀 비율 차이는 세계 어느 나라에서도 볼 수 없는 여성 장수 일변도의 패턴을 보이고 있다. 이와 같은 우리 나라 남성 장수도의 상대적 위축은 바로 우리 나라 사회문화의 문제점을 적나라하게 보여주고 있다. 특히 남성사회 남성문화의 문제점을 거의 고스란히 장수도를 통하여 보여주고 있다. 요즈음의 젊은 층에서는 그러한 현상이 많이 없어지고 있으나 고령인 층의 경우에는 과거의 남성 우월적 사고로부터 결과적으로 남성의 무위도식을 유도하는 결과를 초래하였기 때문이다. 이러한 인식과 생활습관의 문제는 바로 이 사회의 문화적 문제로 귀결될 수밖에 없다.

이러한 문화적 문제의 함의는 바로 사회 교육적 문제로 연계될 수밖에 없다. 따라서 남성과 여성의 균형을 갖춘 장수, 즉 남자와 여자가 모두 함께 장수할 수 있는 지역사회를 구축하기 위해서는 무엇보다도 교육시스템의 강화가 필요할 때이다. 과거의 보수적인 남성 우월적 문화를 개선하여 바람직하고 건강한 남성문화를 구축하기 위해서는 생활 패턴의 개선 노력이 절실하게 요구되고 있다. 특히 남성 노인들을 상대로 한 교육과 훈련을 새롭게 하여야 할 필요가 크게 대두되고 있다.

고령사회 대비 지역사회 역할 기대

미래사회는 고령사회로 나아갈 수밖에 없다. 대부분의 사람들이 자신의 수명을 다하게 될 수밖에 없다. 마지막까지 자신의 목숨을 지키고 보호함으로써 온전한 삶을 유지해 내야 한다. 그리고 부부는 백년해로를 해야 한다. 부부 중 한 쪽만 오래 살게 되었을 때 초

래되는 사회적 손실과 불편함은 어떠하며 개개인의 고독과 생활의 어려움으로 인한 삶의 질의 손실은 얼마나 클 것인가? 따라서 이 모든 것을 해결해 내기 위한 지역사회의 가장 우선적인 업무는 어떤 것이 되어야 할 것인가?

바로 고령인에 대한 교육과 훈련이다. 특히 남성 노인을 대상으로 하는 교육과 훈련이다. 이러한 교육과 훈련의 가장 커다란 주제는 바로 문화 교육이다. 종래의 가부장적 남성우월적 개념을 버리고 하나의 인간으로서 자신의 기능과 의무를 다할 수 있는 능력을 키우고 참여를 유도하는 길만이 남성 장수도를 여성 장수도에 버금가게 향상시킬 수 있는 방안이다. 과거의 지식에 의한 봉양이라는 효개념에서 하루 빨리 탈피하여 스스로 자신을 향유하고 즐길 수 있는 당당한 삶을 이루어 내기 위하여서는 지역사회에서 바로 이러한 교육을 적극적으로 개발 확대해 나갈 수밖에 없다.

그 동안 지역사회는 사회환경 개선에 대해서 많은 노력을 기울여 왔다. 상하수도, 전기, 도로망, 위생상태, 의료시설 등은 많은 개선이 이루어져 왔고, 결과적으로 주민의 평균 수명연장은 물론 초장수인의 증가에도 크게 기여해온 것은 분명한 사실이다. 그러나 이러한 일반적인 수명의 개선에도 불구하고 남녀 간의 장수도의 괴리가 해결되지 못하고 있다는 점은 문제점이 아닐 수 없다. 그러한 측면에서 이러한 문제점을 해결하기 위한 가장 선결되어야 할 조건은 바로 문화적 접근이며, 특히 남성 문화의 개선을 위한 교육 프로그램의 개발이 시급하다.

우리 나라의 남성노인에게 가장 필요한 교육은 무엇이여야 할 것인가. 교육 내용 확보를 위한 보다 진지한 노력이 필요하다. 우선적으로는 일상생활을 자유롭게 할 수 있는 능력을 갖추는 일이다. 그리고 이웃과의 관계 형성을 원활하게 할 수 있는 방안의 개발이다. 자신의 내적 능력의 개발은 물론, 외적 관계망의 확대를 위한 교육은 남성 노인 문화 개선을 위한 선결 조건이며, 바로 이러한 교육을 담당하고 지원해 주어야 할 주체가 바로 지역사회이다. 기존의 사회환경적 개선과 더불어 이러한 문화적 개선을 추구하게 되면 진정한 장수지역사회, 즉 남녀 모두 함께 장수할 수 있는 사회의 건설이 가능해질 것이다. ㉮



글쓴이는 서울대학교 의대 졸업 후 동대학원에서 박사학위를 받았다. 서울대학교 연구처장, 한국노화학회 회장, 국제노화학회 회장 등을 지냈다.