

Искусственный интеллект и предсказание смерти: насколько точны «часы жизни»?



Дата публикации: 11.02.2025

Современные технологии позволяют анализировать огромные массивы данных, предсказывать тренды и даже вычислять вероятности различных событий. Теперь искусственный интеллект пытается заглянуть в самую неизбежную часть жизни – её конец. Онлайн-сервис «Часы смерти» предлагает пользователям оценку их ожидаемой продолжительности жизни, основываясь на их привычках, весе, возрасте и взглядах на жизнь. Вводя личные данные, пользователи получают дату своей предполагаемой смерти, а также «обоснование» причины ухода. Но насколько точны такие прогнозы?

ИИ-алгоритмы используют статистические данные о продолжительности жизни, медицинских исследованиях и моделях смертности. Анализируя такие параметры, как рацион, уровень физической активности, вредные привычки и общий взгляд на жизнь, программа рассчитывает приблизительное число оставшихся лет. Однако такие предсказания не учитывают генетическую предрасположенность к заболеваниям, хронические состояния или неожиданные обстоятельства, которые могут повлиять на жизнь.

Сайт предупреждает, что его расчёты следует воспринимать лишь как развлечение. Результаты можно менять, просто изменяя вводимые данные: например, улучшение диеты может «добавить» десяток лет, а отказ от вредных привычек увеличивает прогнозируемый возраст. Этот подход основан на общеизвестных факторах риска: курение, отсутствие физической активности и плохое питание действительно сокращают продолжительность жизни, тогда как регулярные тренировки и сбалансированное питание способствуют её продлению.

Кроме расчёта срока жизни, алгоритм предлагает пользователям указать предполагаемую причину смерти, выбирая из списка распространённых [заболеваний](#). Однако программа не объясняет, почему для одного пользователя определяется, например, рак, а для другого — сердечно-сосудистые заболевания. В некоторых случаях результаты кажутся случайными и не соответствуют реальным статистическим данным о смертности.

Несмотря на кажущуюся мрачность, «часы смерти» имеют и полезный аспект. Они дают советы по увеличению продолжительности жизни, рекомендуя сбалансированное питание, физическую активность и отказ от вредных привычек. Уделяется внимание и психическому здоровью: социальные связи и активное общение помогают предотвратить развитие деменции и возрастных когнитивных нарушений.

Научные исследования подтверждают, что изменение образа жизни действительно влияет на продолжительность жизни. Регулярная физическая активность снижает риск сердечно-сосудистых заболеваний, сбалансированное питание уменьшает вероятность онкологии, а социальные связи помогают сохранить когнитивные функции. В этом смысле прогнозы «часов смерти» напоминают о том, что мы можем влиять на своё будущее.

Хотя точность ИИ в предсказании конкретной даты смерти остаётся сомнительной, такие технологии помогают людям задуматься о собственном здоровье и возможных рисках. В конечном счёте, продолжительность жизни зависит от множества факторов, включая генетику, окружающую среду и случайные события, но влияние осознанного образа жизни остаётся ключевым аспектом долгой и здоровой жизни.