Z danych ZUS wynika, że w Polsce mieszka obecnie 2,3 tys. osób, które ukończyły setny rok życia (w 2007 osób, które ukończyły 100 lat było ponad 1,4 tys.). Prym długowieczności wiodą kobiety. Na koniec 2015 roku w Polsce żyło 1901 ponad stuletnich pań, panów było zaledwie 355. Najwięcej wiekowych osób mieszka w woj. śląskim (237 osób) Na wzrost liczby osób w tym wieku mają wpływ czynniki cywilizacyjne, takie jak postęp medycyny, kwestia poprawy higieny, sposób odżywiania oraz zmiany świadomości życia. By zwiększyć swoją szansę na długie życie powinniśmy jak najdłużej istnieć w społeczeństwie. Z badań Kliniki Geriatrii Śl. Uniwersytetu Medycznego wynika, że szansa na długie życie ciągle się zwiększa ale na to trzeba pracować całe życie . Nasze życie jest w naszych rękach a nie w rękach lekarzy. Stulatkowie mają tez większy komfort życia. Osoby, które ukończą setny rok życia otrzymują tzw. honorowe świadczenie wypłacane z ZUS. Jest ono wypłacane dożywotnio. Kwota honorowego świadczenia ustalana jest każdego roku - w 2016 wynosi ono 3,4 tys. zł brutto.
Warto żyć!