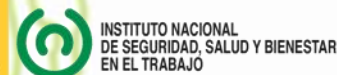


Vigilancia de la salud en el trabajo y envejecimiento



VIGILANCIA DE LA SALUD EN EL TRABAJO Y ENVEJECIMIENTO

Aitor Guisasola Yeregui

Responsable de la Unidad de Salud Laboral de Osalan - Gipuzkoa

Valencia, 28 de noviembre de 2017

ENVEJECIMIENTO

Conjunto de procesos **desfavorables**, con causas biológicas que se van originando en el devenir del tiempo y que suelen dar como resultado una **disminución de las capacidades psicosomáticas** que, en los últimos años, **limita la adaptación** del organismo al medio **y su capacidad de respuesta** a las distintas exigencias de éste. El envejecimiento da lugar a resultados finales distintos y está sometido a la variabilidad individual, manifestándose como un proceso insidioso, con distintas partes del cuerpo envejeciendo a distintas velocidades.

NTP 366: Envejecimiento y trabajo: audición y motricidad



ENVEJECIMIENTO

Los efectos del envejecimiento son variables en función de las diferentes personas y, sobre todo, en función de su historia vital. No obstante, algunos aspectos que suelen ser comunes al envejecimiento tienen que ver con los siguientes aspectos:

Visión

Audición

Musculatura y osteoarticular

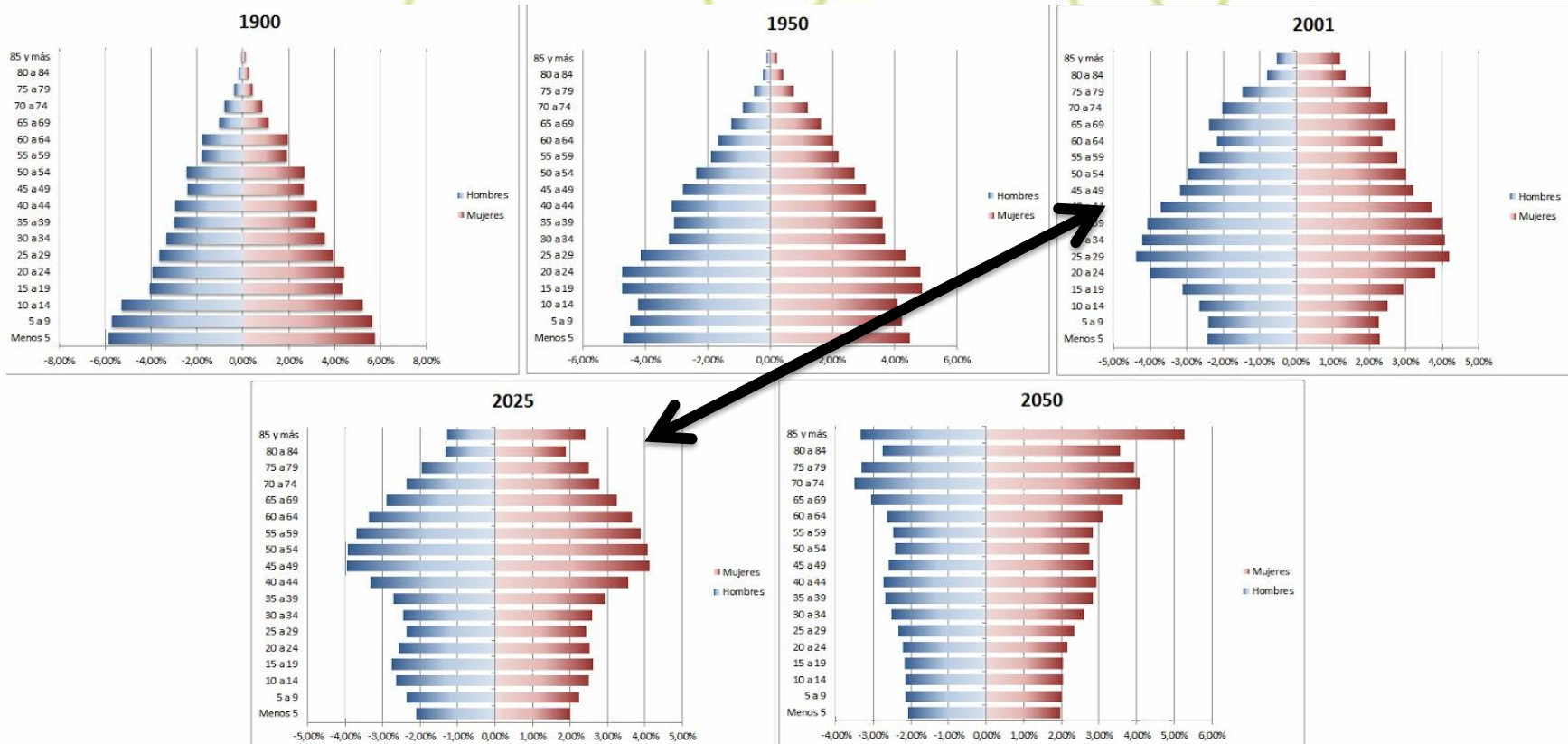
Pérdida de la capacidad de asociación de ideas, disminución de la capacidad de atención...

ENVEJECIMIENTO

- En términos generales, las aptitudes cognitivas esenciales apenas se ven afectadas antes de la jubilación.
- La inteligencia, conocimientos, lenguaje y competencias relativas a resolución de problemas complejos, es probable que aumenten hasta los 60 años de edad.
- Puede presentarse un cierto declive en las capacidades físicas y sensoriales.
- Es posible que ante accidentes físicos haya mayor tiempo de recuperación.



ENVEJECIMIENTO



ENVEJECIMIENTO



La seguridad y la salud en el trabajo concierne a todos. Es bueno para ti. Es buen negocio para todos.



- En 2030, la población trabajadora europea de 55-64 años de edad representará el 30% de la población activa.

- La edad de jubilación se está retrasando.

- Es necesario realizar esfuerzos para garantizar unas condiciones seguras y saludables a lo largo de toda la vida laboral.

- Hay que responder a los retos que plantea el envejecimiento de la población activa y luchar contra la discriminación por motivos de edad.



GOBIERNO VASCO



2015

LANEKO SEGURTASUN
ETA OSASUNERAKO EUSKAL

ESTRATEGIA

VASCA DE SEGURIDAD
Y SALUD EN EL TRABAJO

2020

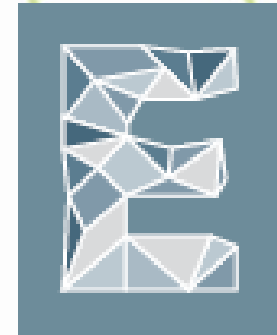
“
LAN-INGURUNE
OSASUNGARRIA BIZITZA
OSASUNGARRIRAKO
OSAGAIA
”

UN ENTORNO DE
TRABAJO SALUDABLE
COMO PARTE DE UNA
VIDA SALUDABLE

EUSKO JAURLARITZA **GOBIERNO VASCO**

GOBIERNO VASCO

- **Objetivo estratégico 1**
El trabajo no daña la salud
- **Objetivo estratégico 7**
Adaptación del trabajo a las características y capacidades cambiantes de las personas



La asociación entre trabajo y envejecimiento puede verse desde dos perspectivas complementarias:

- Ciertos **puestos de trabajo** suponen un importante desgaste para las personas, con lo que los trabajadores pueden enfrentarse a un proceso acelerado de envejecimiento o deterioro (por ejemplo, los trabajadores a turnos, el trabajo en tareas pesadas o bajo condiciones ambientales o higiénicas extremas, etc.).
- Por otro lado, debido al **proceso natural de envejecimiento** de todas las personas, los trabajadores mayores puede que se enfrenten a problemas relacionados con el diseño de sus puestos de trabajo (por ejemplo, la fuerza no es la misma, con lo que no van a poder realizar los mismos esfuerzos que cuando eran jóvenes).

HERRAMIENTAS



GESTIÓN



GESTIÓN



GESTIÓN

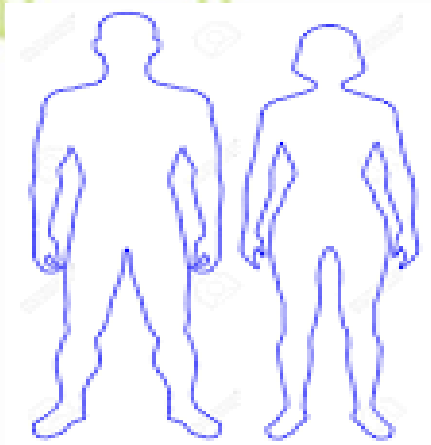




JUVENTUD



NO ES GARANTÍA



HERRAMIENTAS

Guía para el
Abordaje del
Envejecimiento
en la Gestión
de la Prevención
de Riesgos Laborales



PREVENCIÓN
DE RIESGOS LABORALES



Guía para la
gestión de la edad
en las organizaciones
de Euskadi

innobasque
berrikuntzaren
euskal agentzia | agencia vasca
de la Innovación



Trabajos
saludables
en cada
edad

HERRAMIENTAS

Ley 31/1995 de 8 de noviembre de prevención de riesgos laborales:

- Artículo 14. Derecho a la protección frente a los riesgos laborales.
- Artículo 15. Principios de la acción preventiva.

1. El empresario aplicará las medidas.....

d) Adaptar el trabajo a la persona, en particular en lo que respecta a la concepción de los puestos de trabajo, así como a la elección de los equipos y los métodos de trabajo y de producción, con miras, en particular, a atenuar el trabajo monótono y repetitivo y a reducir los efectos del mismo en la salud.

- Artículo 22. Vigilancia de la salud.

El empresario y las personas u órganos con responsabilidades en materia de prevención serán informados de las conclusiones que se deriven de los reconocimientos efectuados en relación con la aptitud del trabajador para el desempeño del puesto de trabajo o con la necesidad de introducir o mejorar las medidas de protección y prevención, a fin de que puedan desarrollar correctamente sus funciones en materia preventiva.

EVALUACIÓN DE
RIESGOS

VIGILANCIA
DE LA SALUD

HERRAMIENTAS

- Ley 31/1995 de 8 de noviembre de prevención de riesgos laborales:
 - Artículo 25. Protección de trabajadores especialmente sensibles a determinados riesgos.
 1. El empresario garantizará de manera específica la protección de los trabajadores que, por sus propias características personales o estado biológico conocido, incluidos aquellos que tengan reconocida la situación de discapacidad física, psíquica o sensorial, sean especialmente sensibles a los riesgos derivados del trabajo. A tal fin, deberá tener en cuenta dichos aspectos en las evaluaciones de los riesgos y, en función de éstas, adoptará las medidas preventivas y de protección necesarias.

EVALUACIÓN DE
RIESGOS

VIGILANCIA
DE LA SALUD

HERRAMIENTAS

➤ Real Decreto 39/1997, de 17 de enero, por el que se aprueba el Reglamento de los Servicios de Prevención:

▪ Artículo 37. Funciones de nivel superior.

e) La vigilancia y control de la salud de los trabajadores.

- Vigilancia de la salud individual.
- Vigilancia de la salud colectiva
- Promoción de la salud

VIGILANCIA
DE LA SALUD

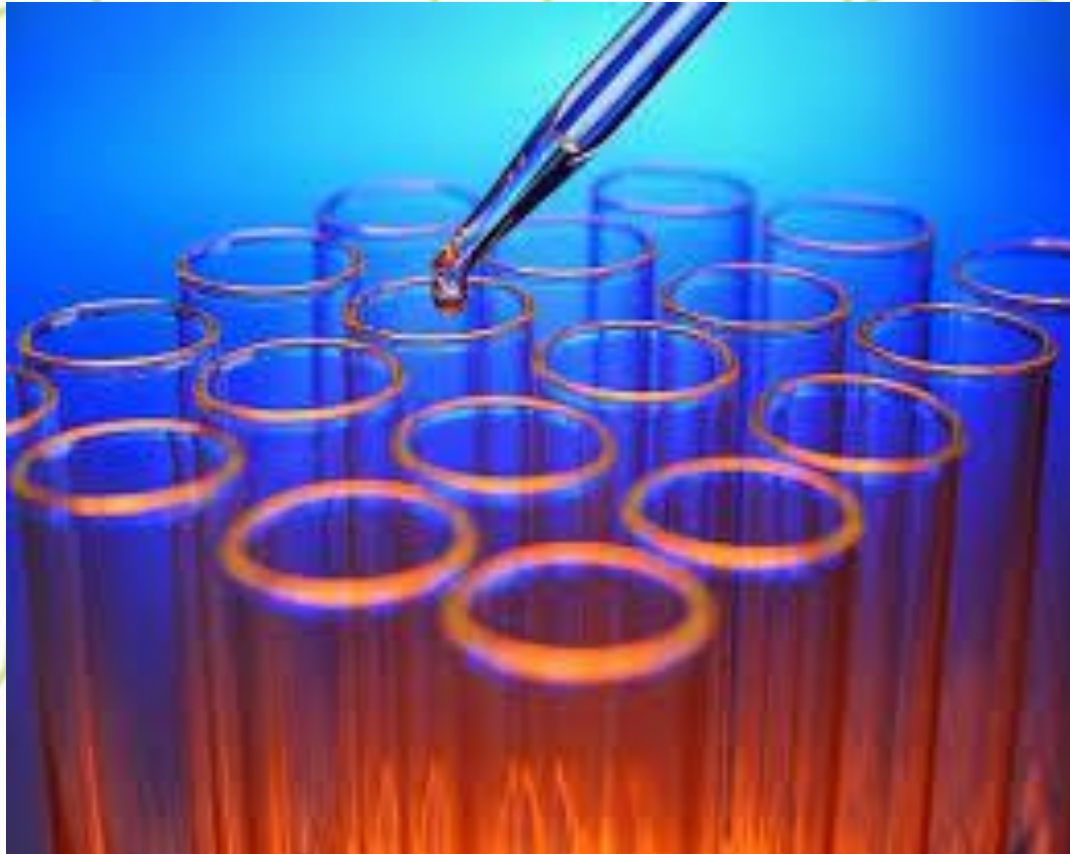
SERVICIO DE PREVENCIÓN



VIGILANCIA DE LA SALUD



VIGILANCIA DE LA SALUD



VIGILANCIA DE LA SALUD

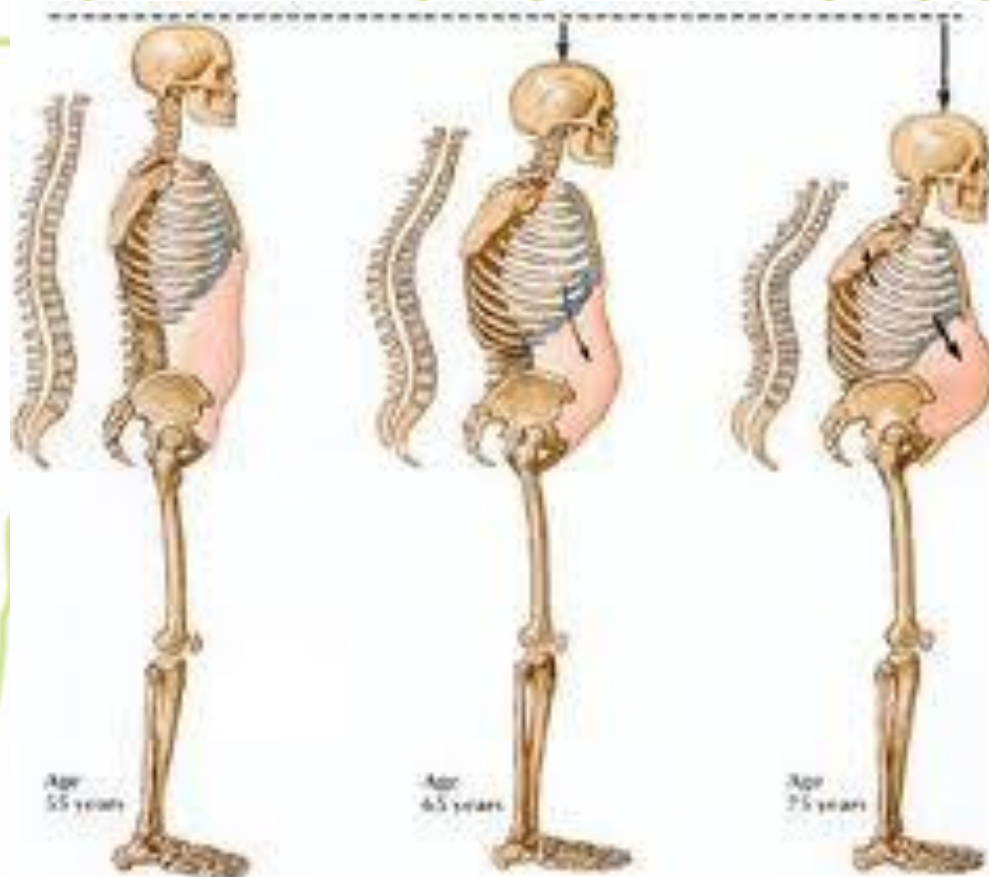


MEDICINA DEL TRABAJO

Participación en todas las fases de prevención:

- Diseño de puestos.
- Diseño del entorno de trabajo.
- Diseño del contenido de trabajo.
- Elección de EPI's.
- Formación, información a los trabajadores.
- Adopción de medidas preventivas.

MEDICINA DEL TRABAJO









MEDICINA DEL TRABAJO

Demandas de la tarea	máxima
Peso (kg) más elevado de las cargas levantadas o transportadas	15
Se manipulan cargas por encima de los hombros o por debajo de las rodillas	7.8
Se manipulan cargas con el tronco girado	10.5
Se manipulan cargas voluminosas o difíciles de agarrar	13.5
Se manipulan cargas desde profundidades excesivas	7.8
Se manipulan cargas de manera repetitiva (>1 vez/minuto)	11.25
Se manipulan cargas en postura sentada	5

Tabla 4. Lista de verificación de tareas de manipulación de cargas para trabajadores mayores.

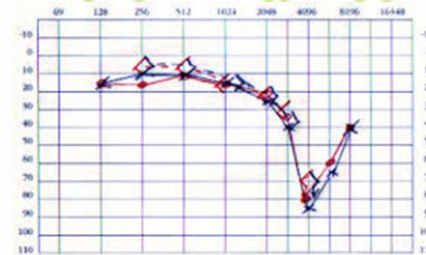
DIMENSIONES ANTROPOMÉTRICAS EN PERSONAS MAYORES DE 40 AÑOS

	Percentil 5		Percentil 95	
	MUJERES	HOMBRES	MUJERES	HOMBRES
 Peso (kg)	42,8	49	83,2	91,2
 Estatura (mm)	1382	1494	1598	1730
 Altura de agarre de pie (mm)	527	529	608	666
 Ancho dedo índice (mm)	14	16	20	20
 Ancho de mano (mm)	73	84	85	98
 Longitud de mano (mm)	156	171	177	209

ADAPTACIÓN DE PUESTOS DE TRABAJO PARA TRABAJADORES MAYORES.

Guía de buenas prácticas

MEDICINA DEL TRABAJO



VIGILANCIA DE LA SALUD

Existen dos tipos de objetivos

- **INDIVIDUALES**
relacionados con la persona “vigilada”
- **COLECTIVOS**
relacionados con el grupo de trabajadores

Aunque en la práctica se les debe de conceder la misma importancia, **la repercusión de cada uno de ellos en el terreno de la prevención es distinta.**

VIGILANCIA COLECTIVA DE LA SALUD

OBJETIVOS

- Valorar el **estado de salud de la empresa**:
 - diagnóstico de situación
 - detección de nuevos riesgos
- **Planificar la acción preventiva**:
 - estableciendo las **prioridades** de actuación y las **acciones** a realizar
- **Evaluar las medidas preventivas**:
 - sirviendo de **alerta** ante cualquier eclosión de lesiones pese a la existencia de unas condiciones de trabajo en principio correctas
 - **evaluando** la eficacia del plan de prevención
 - favoreciendo el uso de los métodos de actuación **más eficaces**



VIGILANCIA INDIVIDUAL DE LA SALUD

OBJETIVOS

- Detección precoz de las **repercusiones de las condiciones de trabajo** sobre la salud
- **Identificación de** los trabajadores **especialmente sensibles** a ciertos riesgos
- **Adaptación** de la tarea al individuo

VIGILANCIA INDIVIDUAL DE LA SALUD

OBJETIVOS

- Detección precoz de las **repercusiones de las condiciones de trabajo** sobre la salud
- **Identificación de** los trabajadores **especialmente sensibles** a ciertos riesgos
- **Adaptación** de la tarea al individuo

VIGILANCIA DE LA SALUD



VIGILANCIA DE LA SALUD



PROMOCIÓN DE LA SALUD

“EMPRESAS GENERADORAS DE SALUD”

- Proyecto que pretende aunar esfuerzos de empresarios, trabajadores y sanitarios, para mejorar la salud y el bienestar de las personas a través de actividades realizadas desde los lugares de trabajo.
- Un programa eficaz de promoción de la salud en el lugar de trabajo puede garantizar un equilibrio flexible y dinámico entre el cumplimiento de los objetivos institucionales, por una parte, y las capacidades y necesidades de la salud de los trabajadores, por otra.

PROMOCIÓN DE LA SALUD

“EMPRESAS GENERADORAS DE SALUD”

- Prevención de accidentes de tráfico
- Prevención y disminución del consumo de tabaco
- Prevención cardiovascular
- Prevención del cáncer
- Prevención y control del estrés
- Vacunaciones
- Prevención de la legionelosis
- Prevención de la tuberculosis
- Prevención del sida
- Prevención y atención de las drogodependencias y otros trastornos adictivos
- Plan de prevención y control de la osteoporosis

PROMOCIÓN DE LA SALUD

“EUROPEAN WORKPLACE HEALTH PROMOTION – EWHP”

- La Promoción de la salud en el trabajo es aunar los esfuerzos de los empresarios, los trabajadores y la sociedad para mejorar la salud y el bienestar de las personas en el lugar de trabajo
- Es una estrategia empresarial moderna que aspira a la prevención de los riesgos profesionales (incluyendo enfermedades relacionadas con el trabajo, accidentes, lesiones, enfermedades profesionales y estrés) y a aumentar la capacidad individual de la población trabajadora para mantener su salud y calidad de vida.



Declaración de Luxemburgo

PROMOCIÓN DE LA SALUD

- Salud en el trabajo
- Maternidad y trabajo
- Igualdad
- VIH
- Adicciones
- Vacunación
- Conducción responsable
- Alimentación
- Actividad física
- Sueño
- Higiene postural
- Gestión del tiempo



PROMOCIÓN DE LA SALUD



GUÍA PARA EL
 ENVEJECIMIENTO
 ACTIVO Y
 SALUDABLE



¡COMPROMISO CON LAS PERSONAS!



PROMOCIÓN DE LA SALUD

“Las **diferentes iniciativas** proponen un **abanico amplio de posibilidades** y facilitan asesoramiento y materiales para llevarlas a cabo. **Se trata de elegir las que convengan a la gestión de cada empresa**, mediante la generación de alianzas entre agentes públicos y privados para desarrollar acciones de promoción de la salud.

CONCLUSIONES

- Es imprescindible integrar la PRL dentro de la organización y procesos productivos de la empresa.
 - Plan de Prevención:
 - Identificación de puestos de trabajo, tareas de los mismos, condiciones de trabajo.
 - Funciones y responsabilidades de todas las líneas jerárquicas.
 - Evaluaciones de riesgos: modificables según necesidades.
 - Medidas preventivas planificadas.
 - Revisión de la eficacia de las mismas.
- Es necesaria una correcta integración de todas las áreas del Servicio de Prevención.
- La Medicina del Trabajo debe estar implicada en todos los procesos de trabajo:
 - Diseño.
 - Modificación de herramientas y equipos.
 - Condiciones de los lugares de trabajo.

CONCLUSIONES

- Con las herramientas adecuadas y adaptando el trabajo a la persona se consigue una optimización del mismo y por lo tanto se incrementa el rendimiento.
- Hay que prestar especial atención a la exposición acumulada a peligros físicos y químicos por la repercusión que puede tener la exposición a un trabajo exigente.
- La experiencia que tienen los trabajadores de más edad les ayuda a superar los retos relacionados con la edad y aumentar su eficiencia en el lugar de trabajo.
- **Muchos cambios y problemas de salud relacionados con la edad, pueden abordarse con simples ayudas o ajustes en el trabajo.**



MUCHAS GRACIAS