



Revisión de la investigación sobre las consecuencias del envejecimiento de la población activa para la seguridad y la salud en el trabajo

En esta revisión se examinan cuestiones esenciales relacionadas con la seguridad y la salud en el trabajo (SST) y con el trabajo sostenible en el contexto del envejecimiento de la población activa de la UE.

Consecuencias del envejecimiento de la población activa para la SST

La población activa de la Unión Europea está en proceso de envejecimiento debido a los cambios demográficos y a la evolución socioeconómica. En los últimos años se ha impulsado el incremento de la tasa de empleo entre las personas de 55 a 64 años, y la edad de jubilación en muchos Estados miembros supera actualmente los 65 años. Esto tiene consecuencias importantes para la SST y el trabajo sostenible. Para que los trabajadores en el momento de la jubilación puedan mantener su salud física y mental es preciso velar por la creación de unas buenas condiciones de trabajo, con una adecuada conciliación entre vida laboral y personal; seguridad en el empleo y oportunidades de aprendizaje permanente (¹). En consecuencia, es esencial que comprendamos y reconozcamos los desafíos que plantea el envejecimiento de la población activa con relación a la SST.

Con el fin de abordar esta cuestión, la presente revisión examinó los cambios que produce el envejecimiento de los trabajadores y los efectos sobre la salud y la capacidad de trabajo que puede tener el trabajo a lo largo de todo el ciclo vital; así como las implicaciones sobre la SST y el trabajo sostenible, y las medidas en materia de SST necesarias para reducir dichos efectos adversos, y para fomentar el trabajo sostenible a lo largo de todo el ciclo de vida.

El concepto de «capacidad de trabajo» que se utiliza en el presente informe tiene en cuenta los recursos de cada persona en relación con lo que le exige su trabajo. Son muchos los determinantes relacionados con la salud y la capacidad laboral sobre los que influyen diversos factores interrelacionados tanto dentro como fuera del lugar de trabajo. Por ejemplo, sobre las condiciones de trabajo influyen factores como: la cultura del lugar de trabajo, las políticas y los servicios que ofrece cada sistema nacional de SST.

La influencia del trabajo y los cambios relacionados con la edad

Por lo que respecta a los cambios relacionados con la edad y la repercusión del trabajo se destacan los siguientes **resultados** de la investigación:

- Aunque el envejecimiento va acompañado de cambios fisiológicos, **el principal determinante de la salud y el rendimiento no es la edad en sí**. El envejecimiento no conlleva necesariamente afecciones y enfermedades; los factores relacionados con el estilo de vida también influyen decisivamente sobre la salud.
- La fortaleza y la resistencia físicas son elementos intrínsecos de cada persona: determinados trabajadores mayores pueden tener más fortaleza que sus compañeros más jóvenes. Las estrategias y las destrezas que los trabajadores de más edad han adquirido a base de experiencia con frecuencia pueden **compensar** las pérdidas de la capacidad funcional relacionada con el trabajo.

- Ciertas capacidades cognitivas disminuyen con la edad. No obstante, los trabajadores de más edad a menudo demuestran tener mejor criterio, un conocimiento más específico del trabajo, capacidad de razonamiento y motivación para aprender que sus compañeros más jóvenes. Asimismo, los elementos fundamentales del desempeño cognitivo no suelen disminuir significativamente hasta pasados los 70 años.
- Aunque los trabajadores de más edad son más proclives a padecer problemas de salud crónicos, muchas enfermedades crónicas pueden controlarse y no tienen por qué influir necesariamente en el rendimiento laboral.
- Los trabajadores mayores pueden ver afectada su salud por un largo plazo de exposición a peligros para la salud durante toda la vida laboral, y puede existir un período de latencia prolongado antes de que los efectos resulten visibles.

Los trabajadores de más edad constituyen un activo para las empresas: En general, poseen mayores conocimientos y destrezas que los jóvenes; tienden a generar mayor confianza y muestran un mayor grado de compromiso, y, a menudo, sus tasas de rotación y absentismo (a corto plazo) son inferiores.

Estos cambios relacionados con la edad y con el trabajo tienen consecuencias para la SST y el trabajo sostenible, los **principales resultados** obtenidos son los siguientes:

- Las estrategias en materia de SST deben prestar especial atención a la **exposición acumulada** a peligros físicos y químicos, dado que afectan a la sostenibilidad del trabajo. A largo plazo cualquier pérdida de capacidad laboral relacionada con la edad se ve incrementada por la repercusión que puede tener la exposición a un trabajo exigente.
- Los trabajadores de más edad con trabajos de exigencia física pueden tener mayor probabilidad de desarrollar trastornos musculoesqueléticos (TME) o fatiga crónica. No obstante, la probabilidad de sufrir lesiones guarda más relación con la capacidad de trabajo que con la edad. Por consiguiente, **debería tenerse en cuenta la capacidad física para determinar si un trabajador es capaz de desempeñar un trabajo específico y el riesgo asociado de que se produzcan TMS, más que su edad**. Podría ser necesario prestar apoyo adicional, incluida la realización de ajustes en el trabajo.
- En **determinadas circunstancias** algunos cambios relacionados con la edad se traducen en un mayor riesgo de lesiones.
- La **ocupación, y no la edad, es el factor predominante que contribuye a que se produzca riesgo de lesiones**.
- Las causas del **estrés relacionado con el trabajo** en trabajadores de más edad varían respecto al caso de trabajadores más jóvenes, y esto debería tenerse en cuenta.
- **Continuar en activo en buenas condiciones de trabajo** está asociado a un mejor estado de salud física y mental que si no se trabaja.
- Aunque no hay pruebas concluyentes de que los trabajadores mayores tengan más probabilidad de tener dificultades con el **trabajo por turnos**, en los casos en los que sí hay dificultades es necesario prestar apoyo suplementario u ofrecer la opción de un cambio de puesto de trabajo.
- La **experiencia** que tienen los trabajadores de más edad les puede ayudar 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, como los cambios en la visión o la audición, o las enfermedades crónicas, por lo general pueden **abordarse con simples ayudas o ajustes en el trabajo**.
- **Aquellas medidas que son adoptadas para rebajar las exigencias del trabajo desarrollado por trabajadores de más edad también pueden resultar beneficiosas para el conjunto de la plantilla**.

(¹) Eurofound (2012), Employment trends and policies for older workers in the recession (Tendencias y políticas en materia de empleo para los trabajadores de más edad en momentos de recesión).

Apoyo al trabajo sostenible

Para mejorar las condiciones de trabajo de todos y reducir los efectos adversos para la seguridad y la salud, es importante seguir un planteamiento integral, y en este sentido pueden resultar útiles los conceptos de «trabajo sostenible» y «enfoque basado en el ciclo vital». La presente revisión examina diversos modelos de trabajo sostenible que demuestran su carácter heterogéneo. Tales modelos muestran cuáles son los factores complejos e interrelacionados que pueden influir sobre la capacidad laboral de las personas y la sostenibilidad de dicho trabajo. Otros factores interrelacionados, también influyen sobre la capacidad para retener a los trabajadores de más edad en el mercado de trabajo, como la motivación y las oportunidades de aprendizaje, y los factores sociopolíticos e institucionales de carácter más general, como la distribución de ingresos y los regímenes fiscales y de pensiones.

De acuerdo con la Encuesta europea sobre las condiciones de trabajo, una proporción significativa de la población activa declara estar expuesta a condiciones de trabajo exigentes, lo que podría conducir a un abandono prematuro de la vida activa (2).

Por lo que respecta a la SST, el trabajo sostenible consta de dos elementos principales, ambos contemplados dentro del marco jurídico europeo en materia de SST:

1. **medidas genéricas** que controlan los riesgos para todos los trabajadores a fin de garantizar que el trabajo no dañe la salud física o mental a lo largo del ciclo vital;
2. **medidas específicas** para proteger a grupos o personas particularmente vulnerables mediante la adopción de medidas suplementarias, llegado el caso.

Medidas en materia de SST para el trabajo sostenible

Se explican a continuación las **medidas clave** definidas en este informe que guardan relación con estrategias de mejora de la prevención de riesgos para todos los trabajadores y, en particular, para los de más edad:

- un enfoque exhaustivo de la gestión de la edad debe incluir medidas en materia de SST, promoción de la salud y recursos humanos;
- una evaluación de riesgos que incluya la SST y la gestión de la edad puede servir para identificar medidas de prevención de riesgos que abarcan el conjunto de los trabajadores y personas o grupos específicos;
- la realización de ajustes ergonómicos muy sencillos o de adaptaciones en el lugar de trabajo/en los equipos, a menudo, permite reducir el grado de exigencia al que se ven sometidos todos los trabajadores, siendo posible dirigir dichos ajustes ergonómicos específicos a personas o grupos de trabajadores concretos;
- las intervenciones en el ámbito de la promoción de la salud en el lugar de trabajo deben hacerse con la debida consideración de las cuestiones de género y de edad;
- reviste de especial importancia para los trabajadores de más edad poder contar con adecuadas condiciones de trabajo flexibles, ya que pueden enfrentarse a problemas de salud o a responsabilidades como cuidadores. La política social también es importante en este sentido;
- las destrezas y los conocimientos deben mantenerse actualizados, y los métodos de formación deben adaptarse a los distintos grupos de edad;
- promover las «escuelas saludables» y la educación sobre riesgos en los centros de enseñanza también es parte de un enfoque basado en el ciclo vital, y la prevención de lesiones y enfermedades en los trabajadores jóvenes es esencial para garantizar un trabajo sostenible;
- la rehabilitación debe centrarse en garantizar la permanencia en el trabajo, y las intervenciones interdisciplinarias en fases iniciales resultan esenciales;
- las cuestiones relativas al género y a la edad deben ser tenidas en cuenta en el lugar de trabajo;
- un enfoque específico del sector o del puesto de trabajo tiene en cuenta contextos concretos; aquellas medidas destinadas a reducir la carga de trabajo en sectores específicos resultarían beneficiosas para todos los trabajadores del sector.

(2) Eurofound (2015), Primeros resultados: sexta Encuesta europea sobre las condiciones de trabajo.

Apoyo a los sistemas de SST para fomentar el trabajo sostenible

Es necesario contar con sistemas de SST eficaces y adecuados para fomentar el trabajo sostenible. Esto incluye medidas jurídicas y de cumplimiento de la legislación; servicios para empresas y organizaciones, como servicios de salud en el trabajo; incentivos; aumento de la sensibilización y campañas; conocimiento y soluciones; establecimiento de redes para el intercambio de buenas prácticas, y cooperación entre empresas y trabajadores. La Inspección de Trabajo puede dotarse de herramientas y conocimientos técnicos adecuados para dirigir sus actividades a una población activa marcada por la diversidad mediante la integración de la diversidad en su estrategia de actuación y servicio.

En este informe también se abordan los obstáculos que existen en la actualidad para el trabajo sostenible; por ejemplo, los trabajadores de empresas pequeñas y los trabajadores temporales suelen tener un acceso limitado a los servicios de salud en el trabajo, al seguimiento de los controles sanitarios o a la rehabilitación. Es necesario abordar esta cuestión, dado que el acceso a tales recursos es crucial para fomentar el bienestar físico y mental de los trabajadores, y prolongar así su vida activa.

La importancia de adoptar un enfoque político integrado

Debido a la compleja interacción entre los factores que tienen influencia interna y externa sobre el lugar de trabajo, es esencial la adopción de un enfoque político integrado que tenga en cuenta todas estas influencias para apoyar a los trabajadores a lo largo de su vida laboral, así como también la prestación de apoyo en caso de que sea inevitable el abandono prematuro de la vida activa. En particular, es necesario que exista cooperación entre los servicios de SST, empleo, educación, sanidad pública y seguridad social.

Lagunas en la investigación

Mejorar la gestión de la SST con el fin de reducir riesgos y facilitar el desempeño de su actividad a todos los trabajadores, en particular los de más edad, podría incidir de manera significativa en la sostenibilidad de la actividad laboral. Aunque se han identificado cambios relacionados con la edad y los efectos del trabajo (así como maneras de reducir dichos efectos), sigue imponiéndose la necesidad de analizar en profundidad la eficacia de las intervenciones en materia de SST y los modos de garantizar que el trabajo sea sostenible para todos, en particular en relación con trabajos particularmente exigentes. Para garantizar que los trabajadores se mantengan saludables hasta la edad de jubilación es esencial que se continúe la investigación en este ámbito, así como en las consecuencias de prolongar la vida laboral.

Más información

El informe está disponible en lengua inglesa en la siguiente dirección del sitio web de la EU-OSHA:

<https://osha.europa.eu/es/tools-and-publications/publications/safer-and-healthier-work-any-age-ageing-workforce-implications/view>

Luxemburgo: Oficina de Publicaciones de la Unión Europea, 2017.

© Agencia Europea para la Seguridad y la Salud en el Trabajo, 2017.

Reproducción autorizada, siempre que se cite la fuente.

