

Mesa 01.- Envejecimiento población laboral

Jueves 19 de septiembre de 9.00-10.30h

Resumen

La mayoría de los países desarrollados están experimentando un proceso sin precedentes, como es la transformación demográfica y el progresivo envejecimiento de la población, con el aumento de los trabajadores de edad como consecuencia de una mayor esperanza de vida, del descenso de las tasas de natalidad, lo que conlleva -por motivos de sostenibilidad del sistema- a prolongar la vida laboral y retrasar la edad de jubilación, siendo necesario adoptar políticas y prácticas sólidas en materia de seguridad y salud en el trabajo que inviertan en la seguridad, la salud y el bienestar de los trabajadores durante toda su vida laboral, para mantenerlos empleados más tiempo y mejorar su bienestar.

Esta nueva situación a nivel europeo, cuyo impacto es mayor si cabe en nuestro país, debe ir acompañada de estrategias para adaptar la organización del trabajo, las tareas y las condiciones de trabajo a las especiales características de este colectivo de trabajadores adultos, a través de estrategias que incluyan entre otras, medidas como el desarrollo de sistemas de trabajo que ayuden a este colectivo a ejercer eficazmente sus capacidades, flexibilización y diversificación de las condiciones de terminación de la actividad profesional o la adaptación de las condiciones de trabajo a las necesidades de este grupo..

La relación entre el trabajo y la salud es compleja. En general, las personas que trabajan tienen un mejor estado de salud que las personas que no trabajan, en parte, debido al denominado sesgo del trabajador sano, ya que muchos trabajadores con problemas de salud, han tenido que abandonar el mercado de trabajo, por lo que no es de extrañar que en diferentes estudios de investigación, podamos encontrar “mejores” indicadores de salud en trabajadores de más edad que en los grupos más jóvenes.

Sin embargo, siendo esto así, al mismo tiempo la evidencia científica pone de manifiesto que el proceso natural del ciclo vital, va a suponer para muchos trabajadores a partir de cierta edad una merma o dificultad en su capacidad de trabajo, especialmente en aquellas tareas que requieren una importante movilización de facultades físicas (fuerza muscular, sobreesfuerzos, riesgo postural, capacidad cardiorespiratoria, etc..) o que suponen una alta carga sensorial, que exige un alto nivel de destreza manual o rapidez en la emisión de respuestas, derivando como analizaremos en profundidad, en un deterioro de sus funciones motrices, sensoriales y cognitivas.

Los trabajadores con cierta edad comienzan a tener problemas en el desempeño de las tareas debido a excesos de demanda que pueden sobrepasar sus capacidades individuales, sobre todo en aspectos como la percepción sensorial, destrezas psicomotoras, memoria, aprendizaje y fuerza muscular. Este problema aparece cuando las capacidades funcionales del individuo comienzan a disminuir y no lo hacen las demandas del entorno físico o de la tarea. Este deterioro de las capacidades del individuo es lento y se acentúa en torno a los 50 años.

Ante esta situación proliferan los estudios técnicos que evidencian el impacto del envejecimiento sobre la población activa, se ha de disponer de datos para analizar el comportamiento del envejecimiento en los puestos de trabajo con edad avanzada y permitir a las organizaciones anticiparse a nuevas situaciones de riesgo, identificarlas, analizarlas y evaluarlas.

Cuando un trabajador ha de mantener de forma mantenida una posición, la ejecución de su actividad puede dificultar la posición corporal ya que altera la mecánica respiratoria y cardiaca. De forma añadida si la actividad física genera fatiga ésta también va a afectar a la calidad del sistema postural del individuo al enviar informaciones (aférentes) y manejar la información sensorial de un sistema que funciona en sus límites o de manera anómala; esto tendrá consecuencias en la regulación subsiguiente tanto de la postura requerida como del movimiento propio (cadenas musculares) de la tarea que se ejecute. De una manera ya más directa, la fatiga muscular altera el sistema neuromuscular al modificar la fuerza y el control posturo-motriz tal como se observa en trabajos de resistencia o duración prolongada. De esta forma, se puede observar que la fatiga muscular afecta a la calidad de los patrones de movimiento del individuo, tengan éstos fines posturales o dinámicos. Estas alteraciones tendrán una mayor repercusión funcional con el paso de la edad ya que los sistemas corporales se resienten en mayor medida ante estas sobre sollicitaciones. Por ello, se hace necesario disponer de parámetros objetivables, como la electromiografía, para evaluar la fatiga muscular, el trabajo y el impacto del envejecimiento

Por todo ello, trabajar más allá de los 60 años se ha convertido en un objetivo crucial a nivel mundial. Una estimación realizada por la Comisión Europea en su informe "The 2012 ageing Report", prevé el aumento de la participación en el empleo de los mayores de 55 años de aproximadamente uno de cada diez trabajadores en 2010 a uno de cada cuatro en 2030. Este hecho y su impacto tanto a nivel social como económico urge a los países y a las empresas a desarrollar programas y acciones que aseguren un envejecimiento saludable en el trabajo preservando y promoviendo la salud de las personas y facilitando la permanencia de los trabajadores de edad en el mercado laboral.

Por consiguiente, el envejecimiento de la población trabajadora constituye uno de los retos a los que se van a enfrentar los profesionales de la medicina del trabajo en la próxima década. Pero, ¿estamos preparados para ello?, ¿cómo se afectan las capacidades motrices, cognitivas y sensoriales con el ciclo natural del envejecimiento?, ¿disponemos de instrumentos válidos para determinar posibles desajustes entre las exigencias psicofísicas de los puestos de trabajo y las capacidades de los trabajadores?, y en el caso de existir desajustes, ¿podemos objetivarlos con instrumentos basados en la evidencia científica? Desde la promoción de la salud en y desde el lugar del trabajo, ¿podemos contribuir desde los servicios de medicina del trabajo a un envejecimiento saludable y activo de la población trabajadora? ¿Existen experiencias de buenas prácticas de adaptación de las tareas y las condiciones de trabajo para los trabajadores de edad en España y en los países de nuestro entorno?

Para dar respuesta a todas estas cuestiones, se plantearan como objetivo en las diferentes ponencias, presentar las líneas generales de actuación y algunos ejemplos

en lo referente a la gestión de la edad en las empresas españolas o europeas. En todos ellos las acciones de la medicina y enfermería del trabajo se han reformulado, más allá de la prevención de riesgos laborales y siempre desde la multi e interdisciplinariedad, para conseguir empresas más seguras, saludables, sostenibles, socialmente responsables e inclusivas.

Para ello, contamos como ponentes, con Guillermo Soriano Tarín, Doctor en Medicina y Cirugía, Especialista en Medicina del Trabajo, Vocal de Investigación de la AEEMT y responsable del área de medicina del trabajo del departamento de proyectos e innovación de SGS TECNOS SA, donde en los últimos años ha desarrollado diferentes proyectos de investigación sobre la capacidad de trabajo de las personas de edad en sectores de actividad con elevadas exigencias psicofísicas. Juan M Castellote, investigador en la Escuela Nacional de Medicina del Trabajo del Instituto de Salud Carlos III en temas relativos a ocupación humana, fatiga muscular y discapacidad. M^a Dolores Solé, especialista en Medicina del Trabajo, Jefa de la Unidad de Medicina del Trabajo del Centro Nacional de Condiciones de Trabajo (INSHT) y co-presidenta de la red europea de promoción de la salud en el trabajo (ENWHP), en la que ha participado de forma activa desde 1996 en las diferentes iniciativas conjuntas de la red y otros proyectos tanto europeos como nacionales de temática centrada en la promoción de la salud en el trabajo entre los cuales se halla la 5^a iniciativa de la ENWHP “Trabajo saludable en una Europa que envejece (2004-2006)” y la 9^a “Trabajo y enfermedades crónicas (2011-2013)”.