

02

ADAPTACIÓN DE PUESTOS ANTE EL ENVEJECIMIENTO DE LA PLANTILLA

SEÑALES DE ALERTA



Comprueba rápidamente si ocurre alguna de estas situaciones:

- ¿Personas trabajadoras de más de 55 años o con desgaste físico acumulado siguen realizando tareas físicamente muy exigentes sin adaptación?
- ¿Aumentan las molestias musculares, la fatiga o las limitaciones físicas en determinados puestos?
- ¿No existen medidas de adaptación de tareas, ritmos o turnos ante el envejecimiento de la plantilla?
- ¿La empresa trata el envejecimiento solo como un problema "individual" y no preventivo?

Estas señales pueden indicar que el puesto no está adaptado a la evolución de las capacidades de la plantilla.

QUÉ PROPONER A LA EMPRESA



En el CSS o reuniones de PRL:

- Incorporar la edad y el desgaste físico acumulado como criterio preventivo en las evaluaciones de riesgos y en la planificación preventiva.
- Revisar puestos con elevada carga física, movimientos repetitivos, manipulación de cargas o trabajo a turnos y nocturno.
- Planificar medidas de envejecimiento saludable: adaptación progresiva, formación, ergonomía y vigilancia de la salud.
- Adaptar ritmos, pausas, herramientas y organización del trabajo.
- Reducir tareas especialmente penosas, repetitivas o con alta fatiga acumulada.
- Favorecer cambios de tareas o movilidad preventiva antes de que aparezca daño a la salud.

Actuación sindical útil

- Recoger incidencias y dificultades trasladadas por la plantilla.
- Detectar puestos con mayor desgaste físico o fatiga.
- Solicitar revisión preventiva de tareas especialmente exigentes.
- Proponer medidas concretas de adaptación.
- Llevar el tema al CSS y pedir seguimiento de las medidas acordadas.
- Dejar constancia en acta de las peticiones realizadas.

QUÉ REVISAR Y SOLICITAR



Pide:

- Evaluación de riesgos y revisiones del puesto.
- Datos de bajas, lesiones y daños a la salud por edad y puesto.
- Evaluaciones ergonómicas y de carga física.
- Medidas de adaptación existentes.

Comprueba si:

- Existen tareas con elevada carga física o fatiga acumulada.
- Se mantienen ritmos, turnos o exigencias difíciles de sostener con la edad.
- Hay posibilidad real de adaptación o cambio de tareas.
- La vigilancia de la salud detecta necesidades preventivas en este ámbito.

BASE LEGAL BÁSICA



- Ley 31/1995 de Prevención de Riesgos Laborales:
 - art. 14 → derecho a una protección eficaz.
 - art. 15 → adaptar el trabajo a la persona.
 - art. 16 → evaluación de riesgos y planificación preventiva.
 - art. 25 → protección de personas especialmente sensibles.
 - art. 33 y 36 → consulta y participación de la RLPT.
- Estatuto de los Trabajadores:
 - art. 4.2.d → integridad física y prevención.
 - art. 19 → protección de la seguridad y salud.



El envejecimiento de la plantilla debe abordarse desde la prevención: adaptar el trabajo evita daños a la salud y favorece condiciones de trabajo sostenibles.