

Zahartzeari buruzko datuak eraikuntzaren sektorean:



Azken urteotan, **60 urtetik gorako pertsonen kontratazioa handiagoa izan da 30 urtetik beherakoena baino.**

Informazio gehiago:

Zahartze Aktiborako Eskuliburua eraikuntzaren sektorean, FLCK egina

Enpresei tresna praktikoak eskaintzen dizkie, profesional seniorren autonomia, osasuna eta produktibitatea hobetzeko.

Autodiagnostiko-prozesu egokia eta behar zehatzen azterketa egiteko metodoak ere ematen dira, langileen adina handitzeak enpresan izango duen inpaktuan sakonduz. Gainera, zahartze goiztiarrari heltzeko eta etengabeko prestakuntzaren bidez osasuna sustatzeko edo balio-aniztasuna sustatzeko adibide praktikoak aurkezten dira.

Deskargatu eskuliburua hemen



Sartu triptiko honetan eta deskargatu beste hizkuntza koofizial nahiz atzerriko batzuetan



www.lineaprevencion.com

Zahartzea

ERAIKUNTZAREN SEKTOREAN



Zahartzeak eragina izan dezake langileen segurtasunean eta osasunean, gaitasunak galtzen direlako:

Gaitasuna	Adinari lotutako aldaketa fisiologikoa eta psikologikoa
Mugimendua	Artikulazioen mugikortasun mugatua, tendoien eta lotailuen elastikotasun mugatua. Indarra gutxitzea. Gaitasun funtzional fisikoa murriztea. Gerialdeko bizkarrezurreko nahasmenduen maiztasun handiagoa. Erortzeko edo irristatzeko arrisku handiagoa.
Ikusmena	Ikusmen-urritasuna. Koloreen ikuspegia (urdina/berdea).
Entzumena	Entzumen-urritasuna.
Kognitiboa	Pertzepzioa murriztea. Arretarik eza. Memoriarik eza.
Beste batzuk	Beroa jasateko ezintasuna. Hotza jasateko gaitasun txikiagoa. Ezer egin gabe egoteko joera. Lesioen eta gaixotasunen tratamendu motelagoa.

Hala eta guztiz ere, beherakada horrek ez du esan nahi langile zaharrenek gazteek baino okerrago egiten dutela lan edo lanerako gaitasuna murrizten joaten denik. Izan ere, absentismoa, istripuak edo txandakatzea txikiagoa izaten da adinekoen artean.

Horregatik, sektoreak langile horien presentzia handia aprobetxatu behar du obrako segurtasuna hobetzeko.

Oro har,
50 urtetik gorako soldatapeko langileek izaten dituzte lan-istripu gutxien.

Langile seniorren faktore positiboak gazteenen aldean:

Lanarekiko konpromiso handiagoa eta enpresarekiko leialtasuna.

Plangintzarako gaitasun handiagoa, bereziki onuragarria epe luzerako proiektuetan.

Gazteek baino harremanen eta eraginen sare askoz ere garrantzitsuagoa.

Faktore emozionalak, intelektualak eta arrakasta-eta porrot-esperientziak konbinatzeko gaitasuna.

Pentsamendu estrategikoaren hobekuntza eta arazo konplexuak ulertzeko gaitasuna.

Esperientzia handiagoa lana egiterakoan eta kideekin eta nagusiekin arazoak konpontzerakoan.

Emozioak kudeatzeko eta autokontrolerako trebetasun handiagoa.

Autoestimua, segurtasun eta motibazio handiagoa erabakiak hartzerakoan.

Sektoreko plantilletan zahartze aktiboa bultzatzeko neurriak

Honako esku-hartze hauen bidez:



Elikadura osasuntsua, tuper bidezko elikadurari buruzko ikastaroen bidez, errezeten bidez...



Jarduera fisiko osasungarria, kirol-zentroetarako kuota ordainduz edo taldeko kirol-ligetan parte hartuz.



Osasun muskuloeskeletikoa, beroketa eta zereginaren aurreko luzaketekin edo fisioterapia-zerbitzuekin.



Osasun mentala, arrisku psikosozialaren ebaluazioarekin edo gatazkak konpontzeari buruzko prestakuntzarekin.



Tabakoa uzteko laguntza, saioetara joatea erraztuz edo saioak enpresan bertan eginez, eta obran erretzeko debekua betetzea.

Antolamendu-neurri hauen bidez:

Etengabeko prestakuntza sustatzea, langilearen gaitasunen arabera, enpresako beste lanpostu batzuetara egokitzen laguntzeko.

Lanpostua langilearen arabera egokitzea, programatutako atsedenaldeen bidez, zereginak txandakatuz, makinak eta erremintak egokituz, zeregin fisikoagoak murriztuz, lanaldia murriztuz edo malgutuz, zereginak mekanizatuz...

Belaualdien arteko taldeak osatzea, langile gazteenen eta beteranoen artean ezagutza transmititzen laguntzeko.

Langilearen beharretara egokitzen den beste lanpostu batera aldatzea: gidaria, obrako edo lantegiko arduraduna, makinista, merkataritza-lanak egitea, ekipamenduak konpontzea, obrarako sarbidea kontrolatzea, etab.