

Gestión de la Edad en el

Ámbito Laboral

De la salud laboral para personas trabajadoras de más de 50 años



CAMBIOS COMUNES



No todos envejecemos de igual forma, depende del estilo de vida que hayamos llevado, de la salud, y la situación social, económica y cultural que hayamos experimentado a lo largo de la vida.

Disminución de la capacidad visual, principalmente de noche y con poca luz



Recuperación más lenta ante infecciones y enfermedades



Dificultad para mantener equilibrio



Propensión a aumento de frecuencia cardiaca, tensión arterial, estrés y fatiga



Disminución de la capacidad auditiva, frecuencias altas



Atrofia de pequeños músculos, tejidos y articulaciones



Disminución de la fuerza muscular y densidad ósea



Mayor tiempo para regular temperatura ante cambios bruscos



Dificultad para recordar información nueva

Obtenga más información: Norma Técnica INTE T 203:2021 / Factores Psicosociales / Gestión de la edad en el ámbito laboral