

## T+55: Valoración da capacidade funcional para o traballo (I)

A valoración da capacidade funcional dos/as traballadores/as maiores de 55 anos (a partir de agora T+55) resulta esencial á hora de establecer o estado das súas capacidades físicas e aptitudes laborais. Factores como carga física asociada ao traballo, efectos na saúde a longo prazo como consecuencia da prolongación da vida laboral ou o propio proceso de envellecemento, determinarán en gran medida os posibles cambios psicofísicos que deberemos ter en conta.

Laboralmente o concepto *capacidade funcional* fai referencia á suficiencia ou aptitude dun individuo para realizar o seu traballo con respecto ás demandas ou requirimentos laborais específicos.

Cando abordamos a avaliación da capacidade funcional dun T+55, débese contemplar a análise das tarefas concretas que este desenvolve en relación ás esixencias físicas e psicosociais que conlevan.

A pesares de que en moitas ocasións as esixencias do traballo desenvolvido en principio sexan as mesmas, os riscos derivados destas pódense ver notablemente incrementados como consecuencia da natural diminución das capacidades físicas e mentais asociadas ao proceso de envellecemento, constituíndose en auténticos riscos novos e emerxentes. Problemas de saúde, condicións psicosociais ou condicións físicas e psicolóxicas deben ser tidas moi en conta nas avaliacións de riscos dirixidas a T+55.

Nas persoas maiores de 55 anos son máis frecuentes as patoloxías derivadas de enfermidades cronicadas que, ao noso entender, deberían ser controladas a través do sistema de vixilancia da saúde co gallo de predicir o seu impacto e repercusión no/a traballador/a maior. Basicamente son dúas as escalas que se poden utilizar para este cometido:



- **Índice de Charlson**, en inglés *Charlson Comorbidity Index*, que basicamente é un sistema de avaliación da esperanza de vida cunha proxección a dez anos, en dependencia da idade en que se avalía, e das \*comorbilidades da persoa.

\**Comorbilidade: Termo médico, acuñado por AR Feinstein en 1970, e que se refire a dous conceptos: a) A presenza dun ou máis trastornos (ou enfermidades) ademais da enfermidade ou trastorno primario.; e b) O efecto destes trastornos ou enfermidades adicionais.*

- **Índice de enfermidade Coexistente** ou *Índice de Kaplan*, consiste na análise e contraposición de dúas diferentes dimensións, unha que mide a gravidade de 19 categorías de enfermidades comórbidas identificadas por Greenfiel (*índice de gravidade individual* [IDS], que clasifica cada condición dende 0-3 [0 equivale a ausencia de enfermidade e 3 equivale á máxima gravidade posible]) e, outra, o *Individual Physical Impairment*, que mide a discapacidade física global causada pola

comorbilidade nun intervalo de 0-2 (0 equivale a función normal e 2 equivale a discapacidade grave). Os datos comparativos demostran un bo valor predictivo, validez interobservadores e intraobservadores, e nalgúns estudos demostrou ser un dos mellores métodos para predicir a morte ou a discapacidade.

En toda valoración funcional do/a traballador/a maior de 55 anos débese ter moi en conta: o seu estado de saúde, a especificidade da súa patoloxía ou patoloxías, as posibles discapacidades; o tipo de traballo e as tarefas que realiza; se é o caso, o estado no que se atopan tanto o seu proceso de rehabilitación como as súas capacidades antes do seu retorno ao traballo, e poñer todo isto en correlación cos factores de risco específicos derivados da súa idade, co gallo de determinar as medidas ergonómicas a adoptar para facilitar a adaptación ás esixencias do traballo, ou se isto non fose posible proceder a trasladar ao traballador/a a outro posto cunhas demandas e esixencias máis acordes coas súas capacidades.

### **Medicamente os riscos xenéricos propios da idade que deberían ser valorados nos T+55 serían:**

- 👉 Verificación de vacinacións: antigripal, antitetánica,...
- 👉 Tabaquismo, alcoholismo e outras drogodependencias.
- 👉 Riscos de polimedicación.
- 👉 Hábitos hixiénicos e dietético-nutricionais.
- 👉 Actividade física e deportiva.
- 👉 Hipertensión arterial, colesterolemia e diabetes.
- 👉 Risco cardiovascular.
- 👉 Índice de masa corporal e Osteoporose.
- 👉 Exploración bucodental.
- 👉 Cancro de endometrio e cancro de mama.
- 👉 Incontinencia urinaria.
- 👉 Trastornos de visión, audición e equilibrio.
- 👉 Dificultades de coordinación e perdas de forza muscular.
- 👉 Valoración dos riscos de caída.

Para a realización dunha valoración funcional, isto é, para determinar as capacidades que posúe un traballador/a para realizar axeitadamente o seu traballo en relación ás demandas laborais específicas do mesmo, deberá levarse a cabo unha avaliación que entre outras cuestións, realice unha análise das tarefas e operacións, identifique e cuantifique as esixencias físicas e psicolóxicas do traballo, determine e valore tanto os parámetros aptitudinais psicofísicos do/a traballador/a como as demandas psicosociais ás que este está sometido, e por suposto determine con precisión o seu estado de saúde.