

# The Aging Workforce Stats and Facts – Spanish

## HECHOS

Los cambios que se producen durante el envejecimiento incluyen:

1. Fuerza muscular y amplitud de movimiento de las articulaciones: En general, las personas pierden aproximadamente entre un 15 y un 20% de su fuerza entre los 30 y los 60 años.
2. A medida que envejecemos, el cuerpo pierde cierta “amplitud de movimiento” y flexibilidad.
3. Sistemas cardiovascular y respiratorio: La capacidad del corazón, los pulmones y el sistema circulatorio para transportar oxígeno disminuye. Entre los 30 y los 65 años, la capacidad respiratoria funcional puede reducirse un 40%.
4. Regulación del sueño: A medida que envejecemos, nuestro cuerpo no es capaz de regular el sueño tan bien como antes. El tiempo que una persona duerme, y lo bien que lo hace, puede verse alterado además por el cambio de horario laboral o por la luz y el ruido.
5. La vista: La visión cambia con la edad. Notaremos que no podemos ver o leer a ciertas distancias tan bien como antes. Esta reducción de la “amplitud de acomodación” (la capacidad de ver o ajustar el enfoque en determinados rangos de distancia) es normal y suele corregirse con gafas graduadas.
6. Auditiva (oído): La audición también cambia. Lo más frecuente es que este cambio se manifieste en la incapacidad para escuchar una voz o un sonido concretos en un entorno ruidoso.

## ESTADÍSTICAS

- Los datos más recientes disponibles de BLS muestran que las lesiones mortales entre los trabajadores de 55 años o más

aumentaron un 8% de 2018 a 2019. Las 2,005 muertes en 2019 representan “el mayor número registrado para este grupo de edad”, dice la agencia. Esa cifra cayó un 13,9% a 1,727 en 2020.

- En 2020, los trabajadores de 55 a 64 años tuvieron una tasa de lesiones mortales de 4,4 por cada 100.000 trabajadores equivalentes a tiempo completo, mientras que los mayores de 65 años tuvieron una tasa de 8,6, según BLS. Ambas tasas eran significativamente superiores a la de todos los trabajadores, de 3,4.
- Un mayor número de muertes en el lugar de trabajo entre los trabajadores de más edad, ya que algunos baby boomers siguen trabajando más allá de la edad tradicional de jubilación de 65 años.
- En 2024, el gobierno federal prevé que los trabajadores de más edad representarán el 25 % del mercado laboral estadounidense.
- El 44 % de los trabajadores de más edad afirman que su trabajo requería labores manuales durante una gran parte del tiempo que trabajan.
- El 36 % afirma que su edad actual hace más difícil realizar un trabajo físico que cuando eran más jóvenes.
- 38.200 trabajadores mayores murieron a causa de una lesión laboral. Esta cifra representa el 26 % del número total de lesiones laborales mortales sufridas por todos los trabajadores durante ese periodo.