



DELEGATIONEN FÖR  
**senior**   
**arbetskraft**

## **Kronologisk ålder – ett allt sämre sätt att mäta hur gamla vi är**

**Att bli äldre innebär inte automatiskt att ens fysiska och mentala förmågor försämras. Skillnaderna är dock stora mellan olika individer. Samtidigt kan en nedsatt förmåga ofta kompenseras av äldres större erfarenhet och en bättre helhetsbedömning. Det visar en ny rapport från Delegationen för senior arbetskraft.**

- Rapporten visar att kronologisk ålder, alltså hur många år vi levtt, är ett allt sämre sätt att mäta hur gamla vi är och vilka förmågor vi har. Den pekar också på att arbetsgivarna måste skapa en bättre arbetsmiljö om vi vill att fler ska kunna och vilja arbeta längre, säger delegationens ordförande Anna Hedborg.

Under de senaste 20 åren har livslängden i Sverige ökat snabbt och gapet mellan kvinnor och män minskar. Samtidigt ses en ökning av skillnaden mellan grupper med olika utbildningsnivå. Särskilt kvinnor med lägre utbildningsnivå har en svagare utveckling än andra grupper.

Rapporten *Vad blir sämre och vad blir bättre när man blir äldre?*, som skrivits av professor emeritus och tidigare professor i arbets- och miljömedicin Eva Vingård, visar att syn och hörsel försämras med stigande ålder och att även vissa mentala funktioner, som kognition, kan påverkas negativt av högre ålder. Skillnaderna är dock stora mellan olika individer och kronologisk ålder är en allt sämre indikator för mental och kognitiv funktion och hälsa.

Att seniora personer i arbetslivet har svårare att lära nya saker tycks inte stämma. De flesta seniorer har dessutom en erfarenhetsbank som de yngre inte har. Studien visar också att även om äldre i genomsnitt är långsammare än yngre, så kan de ofta kompensera för detta med större motivation, mer erfarenhet och en bättre helhetsbedömning.

Rapporten visar samtidigt att de som haft dåliga arbetsmiljöer och förtidspensionerats av hälsoskäl i allmänhet mår bättre efter pensioneringen, medan de som haft måttliga krav, stor arbetstillfredsställelse och hög status inte upplever någon hälsoförbättring av att lämna arbetslivet. De seniora arbetstagare som fortsätter att arbeta har ofta bättre mental och fysisk hälsa än de jämnåriga som gått i pension.

- Att ha ett arbete att gå till leder ofta till ett större välbefinnande och ger individen delaktighet och samhörighet, oavsett ålder. Samtidigt måste vi ta de ökande hälsoskillnaderna beroende på utbildningsnivå på allvar för att kunna vända den negativa trenden, menar Eva Vingård.

Läs hela rapporten [här](#).

### **Delegationen för senior arbetskraft**

Regeringen beslutade i augusti 2018 att tillsätta en delegation för senior arbetskraft (S 2018:10). I delegationens uppdrag ingår att verka för ett mer inkluderande och åldersoberoende synsätt i arbetslivet och att sprida kunskap och forskning om äldres möjligheter.

Detta är den åttonde rapporten i en serie om cirka 30 rapporter som delegationen har för avsikt att publicera under det närmaste året. Rapporten finns att ladda ner på [delegationens webbplats](#). Där finns även information om delegationens uppdrag och arbete.

Kontakt:

Eva Vingård

Mobil: 070-922 41 23

Eva.vingard@medsci.uu.se

Maria Söderberg

Mobil: 072-545 16 02

Maria.Soderberg@regeringskansliet.se