



#### ARBETE INOM INDUSTRIEN

Industrin är Finlands största bransch sett till omsättningen. Metall-, skogs- och kemiindustrin är de största branscherna. Inom industrin arbetar exempelvis processarbetare, servicemän, ingenjörer, laboratoriearbetare, planerare och produktutvecklare. Andelen expertarbete har ökat, men en stor del av arbetet är fortfarande produktionsarbete. Det breda spektrumet av yrken och arbetsuppgifter syns också som olika belastningsfaktorer och kompetenskrav i arbetet.

## På arbetsplatser inom industrin finns många olika metoder för att hantera arbetsbelastning

Arbete inom industrin kan vara belastande på många olika sätt. Arbetets belastning uppkommer av de olika fysiska, psykosociala och kognitiva kraven i arbetet. Det är viktigt att arbetsgivaren och chefen förstår och minskar belastningsfaktorerna relaterade till arbetet. På så sätt kan man förebygga sjukfrånvaro och bestående arbetsförmåga.

## LÖSNINGAR



### Identifiera och minska riskfaktorer som ökar arbetets fysiska belastning.

Du kan exempelvis anpassa arbetet och arbetsarrangemangen, öka variationen i arbetsuppgifterna samt se till att arbetsergonomin är god och de hjälpmedel som behövs är tillgängliga. Säkerställ också tillräcklig introduktion i arbetet.

### Stärk arbetets resurser

som stödjer välbefinnandet i arbetet och arbetsförmågan. Resurser kan exempelvis vara kopplade till arbetsuppgiften, organiseringen av arbetet, stödet i arbetet eller möjligheterna att påverka och utveckla.

### Utveckla fungerande arbetstidsrutiner.

Utvecklingen kan gälla till exempel en gemensam arbetstidsplanering, pauser i arbetet, återhämtning från arbetet eller gemensamma spelregler för hantering av arbetstiden. Stärk också arbetstagarnas påverkansmöjligheter när det gäller arbetstider.

### Stärk kompetensen.

Se till att arbetstagarnas kompetens utvecklas så att den motsvarar arbetets framtida behov. Satsa på ledarnas och chefernas kompetens, även med tanke på arbetsförmåga och psykisk hälsa.

### Säkerställ ett tillräckligt stöd för arbetsförmågan.

Se till att det finns fungerande rutiner för tidigt stöd, uppföljning av sjukfrånvaro, återgång i arbetet och samarbetet med företagshälsovården. Bygg upp en arbetskultur där man tar tag i utmaningarna gällande arbetsförmågan med låg tröskel och tillräckligt tidigt.

Sjukdomar i stöd- och rörelseorganen är den överlägset vanligaste orsaken till arbetsförmåga bland arbetare

Psykosociala störningar är särskilt vanliga bland kvinnor i expertyrken

**49 %**

män

**60 %**

kvinnor

**19 %**

av alla primära diagnoser hos kvinnor i expertyrken inom industrin

Källa: Varmas data, 2018–2021

## Vad vet vi?

Arbete inom industrin är belastande på många olika sätt. Det finns många olika riskfaktorer i arbetet, och arbetet kan också vara fysiskt tungt. Arbete inom industrin har även flera belastande arbetstidsegenskaper. Den psykosociala belastningen i arbetet kan exempelvis anknyta till utmaningar i ledarskapet, ensamarbete eller ständiga förändringar och osäkerhet. När kunskapsarbete blir en mer dominerande del av arbetet kan arbetets kognitiva belastning öka.

Många av arbetets positiva särdrag, som goda påverkansmöjligheter på arbetet och arbetstiderna, ett meningsfullt och betydelsefullt arbete, utvecklingsmöjligheter, bra chefsarbete samt arbetsgemenskapen kan skydda mot arbetets belastningsfaktorer.

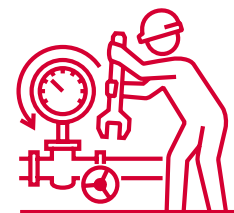
## Varför är detta viktigt?

Om belastningsfaktorerna i arbetet pågår länge, kan det ha flera negativa konsekvenser för arbetshälsan och arbetsförmågan. Sjukdomar i stöd- och rörelseorganen är den vanligaste orsaken till sjukfrånvaro inom industrin. Som värst kan en förlängd belastning och en obalans mellan arbetets krav och resurser leda till bestående arbetsförmåga. I många yrken inom industrin är arbetsförmåga vanligare än genomsnittet.

## Vad bör man göra?

På arbetsplatserna är det viktigt att identifiera och förebygga belastningsfaktorerna i arbetet. Det är viktigt att ta fram lösningar på organisationsnivå för att hantera arbetsbelastningen. Lösningarna kan exempelvis anknyta till utveckling av ledningen och chefsarbetet, organiseringen av arbetet, förbättring av påverkansmöjligheterna, kompetensutveckling, anpassning av arbetet eller utveckling av rutinerna för stöd för arbetsförmågan.

Fungerande lösningar för främjande av arbetsförmågan förutsätter alltid en noggrann analys av situationen, arbetet och verksamhetsmiljön i fråga.



### CENTRALA BELASTNINGSAKTÖRER I ARBETET INOM INDUSTRIEN

- Besvärliga arbetsställningar, manuella lyft och förflyttningar samt stående arbete
- Oregelbunden arbetstid, kvälls- och nattarbete
- Alltför stor arbetsmängd, tidspress och brådskan
- Oklara mål, utmaningar i ledarskap och chefsarbete
- Utmaningar i arbetsgemenskapens sociala funktion, till exempel litet stöd av arbetskamrater
- Ständiga förändringar och osäkerhets känsla

### SKRIBENT OCH MER INFORMATION:

**Auli Airila,**  
forskningschef  
auli.airila@varma.fi

### SÅ HÄR GJORDES UTREDNINGEN:

Lösningarna grundar sig på Varmas publikationsserie *Tietoa työkyvystä* (på finska), som behandlar belastnings- och resursfaktorer samt arbetsförmågan inom industribranschen i huvudsak utifrån finländsk forskningslitteratur.

Bekanta dig med publikationen på [vår webbplats](#) (på finska).

**VARMA**