

Praca do grobowej deski – dosłownie

18 maja 2021

Według najnowszego raportu WHO prawie 750 tys. osób rocznie umiera z powodu zbyt długich godzin pracy.

Jak informuje pulshr.pl, przyczynami śmierci przepracowanych osób są głównie udary mózgu i zawały serca. Przepracowanie w ciągu tygodnia 55 i więcej godzin o 35 proc. zwiększa ryzyko zgonu z powodu udaru mózgu, a o 17 proc. do zawału serca (w porównaniu do tych osób, które pracowały średnio od 35 do 40 godzin).

Na przedwczesny zgon spowodowany zbyt długą pracą najbardziej narażeni są mężczyźni w średnim wieku oraz starsi. Wyliczono, że aż trzy czwarte zgonów związanych z nadmierną pracą zaobserwowano właśnie w tej grupie mężczyzn.

Autorzy raportu podkreślają, że do przedwczesnego zgonu nie musi wcale dojść w tym okresie, gdy intensywnie pracujemy. Może się to zdarzyć później, wtedy, gdy już przestaliśmy pracować nadmiernie. Wyliczyli także, że nadmierna praca odpowiedzialna jest za prawie jedną trzecią zgonów związanych z wykonywaniem obowiązków zawodowych.

„Praca zdalna w czasie pandemii mogła jeszcze bardziej nasilić skutki nadmiernego wysiłku zawodowego. Z naszych obserwacji wynika, że czasie narodowego lockdownu liczba przepracowanych godzin średnio wzrosła o 10 proc.” – twierdzi ekspert WHO Frank Pega.

Źródło: [NowyObywatel.pl](https://nowyobywatel.pl)