



Conform unui studiu efectuat recent de cercetatorii chinezi in cadrul caruia au fost analizate studiile realizate anterior pe aceeași temă de cercetare, stresul acumulat la locul de munca reprezintă principalul risc pentru apariția accidentelor vasculare cerebrale. Studiul a fost publicat in editia din octombrie a jurnalului *Neurology*.

O analiza a șase studii efectuate anterior de către cercetatorii din întreaga lume, in cadrul carora au fost monitorizate 140 de mii de persoane timp de 17 ani, a dus la constatarea ca persoanele care se confruntă cu stres la locul de munca prezintă un risc de accident vascular cerebral cu 22 de procente mai mare decât persoanele care lucrează într-un mediu lipsit de stres. In plus, conform studiului, in randul femeilor riscul crește până la 33 de procente.

Sunt implicate mai multe mecanisme in aceasta asociere între stresul de la locul de munca și accidentul vascular cerebral, a declarat doctorul Yuli Huang, cercetator in cadrul Departamentului de Cardiologie de la Universitatea de Medicina din regiunea Guangzhou. Cele mai multe locuri de munca duc la dezvoltarea unei rutine deficitare, caracterizată prin lipsa de mișcare, fumatul excesiv și dezvoltarea unui comportament alimentar nesătos. "Este vital pentru persoanele cu profesii desfasurate in conditii de stres să abordeze aceste probleme care țin de stilul de viață," a adăugat Huang.

Factorii avuți in vedere la locul de munca au inclus impunerea de termene limita foarte stranse, presiunea psihologică determinată de efectuarea sarcinilor de lucru și metodele de coordonare in echipă. Numarul de ore lucrate pe zi nu au fost incluse.

Persoanele ținute sub examinare aveau din medii diferite, clase sociale variate și locuri de munca variate, de la oameni de serviciu, mineri, meseriași din diferite domenii, chelnerite, asistenți medicali și angajați in domeniul industriilor creative. In cadrul studiului persoanele care lucrau in conditii mai puțin stresante au fost exemplificate prin angajații in domeniul cercetărilor științifice și arhitecturii.

Persoanele care lucrează in domeniile cu nivel ridicat de stres au fost predispuse la pericolul ischemiei cerebrale, cauzate prin formarea unui cheag de sânge in creier, in 58% dintre cazuri.

Studiul are unele neajunsuri, remarcă cercetatorii. In primul rând, stresul de locuri de muncă a fost măsurat o singură dată in studiile ce au fost supuse analizei cercetărilor chineze. In al doilea rând, alți factori de risc, precum nivelul de colesterol și prezenta hipertensiunii arteriale,

nu au fost luati in calcul in studiile initiale.

Studiile anterioare au aratat ca exista o legatura intre stresul de la locul de munca si declansarea bolilor de inima, dar aceasta este prima cercetare care arata asocierea acestor conditii cu declansarea accidentului vascular cerebral, a declarat Jennifer Majersik, profesor cercetator in domeniul neurologiei la Universitatea de Medicina din Utah. "Studiul este dovada a ceea ce oamenii au banuit timp indelungat – si anume ca situatiile stresante intalnite la ordinea zilei au efecte negative asupra sanatatii," a adaugat aceasta.

Cu toate acestea, studiul nu atesta prezenta unei relatii de tipul cauza si efect intre stresul de la locul de munca si declansarea atacului cerebral.

Sursa: Medicinenet

G.T.

SURSA:

MedLive.HotNews.ro