



Come riporta un articolo de [IlSole24ore](#), le donne che trascorrono più tempo in ufficio, infatti, corrono un rischio maggiore di andare incontro a tumori, diabete, artrite e cardiopatie. È quanto emerge da una ricerca pubblicata sulla rivista *Journal of occupational and environmental medicine*, dagli studiosi dell'Ohio State University di Columbus (Usa). Secondo gli autori, il pericolo è più elevato per chi lavora almeno 60 ore a settimana, ma comincia a essere rilevante già a partire dalle 40 ore settimanali.

La ricerca è stata condotta sui dati raccolti, tra il 1978 e il 2009, dal National Longitudinal Survey of Youth, che ha coinvolto **7.492 persone**. Di queste, una piccola parte lavorava 40 ore a settimana, o anche meno. Il 56% lo faceva per una media di 41-50 ore settimanali, mentre il 13% per 51-60 ore. Infine, il 3% svolgeva una professione che lo teneva impegnato per **oltre 60 ore**.

Dopo averne analizzato lo stato di salute, gli autori hanno scoperto che le donne risentono più degli uomini dei carichi eccessivi di lavoro. I maschi che per 32 anni avevano lavorato più ore a settimana, infatti, correvano un maggior rischio di artrite rispetto agli altri, ma non presentano una maggiore incidenza di altre malattie croniche. Invece, le donne che per trent'anni avevano lavorato almeno 60 ore a settimana, correvano un rischio tre volte superiore di sviluppare diabete, tumori (non epidermici), cardiopatie e artrite, rispetto a quelle che l'avevano fatto poche ore a settimana. Ma il pericolo cominciava ad aumentare già quando il carico di lavoro superava le 40 ore settimanali, diventando significativo intorno alle 50 ore.