

Le burn-out accroît de 40% le risque cardiaque

par M.D le 14-03-2013 (Source Egora.fr)



L'épuisement et le stress professionnels peuvent compromettre gravement la santé cardiovasculaire, confirme cette étude de l'Université de Tel Aviv (TAU), publiée dans la dernière édition de la revue Psychosomatic Medicine.

Le Dr Sharon Toker de TAU a étudié le lien entre l'épuisement professionnel et la maladie coronarienne qui peut mener à l'infarctus ou à l'embolie pulmonaire.

Des résultats alarmants : l'étude menée sur 8 838 hommes et femmes employés, âgés de 19 à 67 ans, apparemment en bonne santé, et suivis durant 3,4 ans, a mesuré les niveaux d'épuisement et évalué les signes de coronaropathie. Les chercheurs ont également contrôlé les facteurs de risque classiques comme le sexe, l'âge, les antécédents familiaux de maladie cardiaque, et le tabagisme. Au cours de la période de suivi, 93 nouveaux cas de maladies coronariennes ont été identifiés.

L'analyse montre ainsi que le burn out est associé à un risque accru de 40% de maladie coronarienne. Etre dans les 20% supérieurs de l'échelle d'épuisement professionnel est associé à un risque accru de 79% de maladie coronarienne.

Au point que les auteurs suggèrent que l'épuisement professionnel soit considéré comme un facteur prédictif de maladie coronarienne au même titre que les autres facteurs de risque classiques, comme le tabagisme, les taux de lipides sanguins, et la sédentarité