

[Akceptuje](#)

W ramach naszej witryny stosujemy pliki cookies w celu świadczenia państwu usług na najwyższym poziomie, w tym w sposób dostosowany do indywidualnych potrzeb. Korzystanie z witryny bez zmiany ustawień dotyczących cookies oznacza, że będą one zamieszczone w Państwa urządzeniu końcowym. Możecie Państwo dokonać w każdym czasie zmiany ustawień dotyczących cookies. Więcej szczegółów w naszej [Polityce Prywatności](#)

[Portal](#) [Informacje](#) [Katalog firm](#) [Praca](#) [Szkolenia](#) [Wydarzenia](#) [Porównania międzylaboratoryjne](#)
[Kontakt](#)



[Laboratoria](#)
[.net](#)
[Innowacje](#)
[Nauka](#)
[Technologie](#)



[Logowanie](#) [Rejestracja](#) [pl](#)

Newsletter

zapisz się

Naukowy styl życia

Nauka i biznes

- [Nowe technologie](#)
- [Felieton](#)
- [Tygodnik "Nature"](#)
- [Edukacja](#)
- [Artykuły](#)
- [Przemysł](#)

[Strona główna](#) > [Informacje](#)

Długie godziny pracy sprzyjają depresji u kobiet

Kobiety, które pracują tygodniowo powyżej 55 godzin, są bardziej narażone na depresję. W przypadku mężczyzn taka zależność nie występuje - informuje „Journal of Epidemiology &

Community Health”.

Badania, które objęły ponad 20 tys. dorosłych osób w latach 2010-2012 przeprowadzili naukowcy z University College London wspólnie z kolegami z Queen Mary University of London. Objawy depresji, takie jak poczucie bycia bezwartościowym czy niezdolnym, mierzono na podstawie wypełnianych przez badane osoby ankiet.

Przy uwzględnieniu takich czynników jak wiek, uzyskiwane dochody, stan zdrowia, oraz charakterystyka wykonywanej pracy, kobiety pracujące dłużej miały o 7,3 proc. więcej objawów depresji niż kobiety przepracowujące standardowe 35-40 godzin tygodniowo.

Praca w weekendy miała związek z podwyższonym ryzykiem depresji u obu płci. Kobiety, które pracowały we wszystkie weekendy - lub w większość z nich - miały średnio o 4,6 proc. więcej objawów depresji w porównaniu z kobietami pracującymi tylko w dni powszednie. W przypadku mężczyzn różnica ta wynosiła 3,4 proc.

Jak zaznaczył dr Gill Weston (UCL Institute of Epidemiology and Health Care), główny autor badań, kobiety są zwykle bardziej od mężczyzn obciążone obowiązkami domowymi, co sprawia, że pracują dłużej, odczuwają wzmożoną presję czasu i przytłaczające poczucie odpowiedzialności. Ponadto kobiety pracujące głównie w weekendy zwykle zatrudnione są w niskopłatnym sektorze usług, co również ma związek z wyższym ryzykiem depresji.

Posiadanie dzieci inaczej wpływało na godziny pracy zarobkowej kobiet i mężczyzn. Mający dzieci mężczyźni pracowali zwykle dłużej, podczas gdy kobiety - krócej. Ogółem mężczyźni spędzali w pracy więcej czasu niż kobiety. Dwie trzecie mężczyzn pracowało w weekendy, w przypadku kobiet natomiast - połowa. Osoby pracujące w większość weekendów lub we wszystkie były zwykle zatrudnione przy pracach niewymagających wysokich kwalifikacji i odczuwały mniejszą satysfakcję z pracy i zarobków niż te, które pracowały tylko w dni powszednie lub nieliczne weekendy.

Wiadomo, że kobiety częściej cierpią na depresję - i tak było również w tym badaniu. Niezależnie od dni, w które pracowały, najbardziej narażone na depresję były osoby starsze, o niższych dochodach, palące, wykonujące zajęcia wiążące się z wysiłkiem fizycznym, niezadowolone ze swojej pracy.

Źródło: pap.pl

<http://laboratoria.net/aktualnosci/28931.html>



02-07-2024

[Ekran dotykowy bez problematycznego indu](#)

Tańsze i bardziej przyjazne środowisku.



02-07-2024

Świat atomów i cząsteczek

Jak dzięki różnym metodom obrazowania zobaczyć "całego słonia"



02-07-2024

Żyjemy w czasach multitożsamości

Ekspert o mediach społecznościowych.



02-07-2024

Dlaczego Polki rzadziej jedzą mięso niż Polacy?

Równość płci może mieć związek ze swobodą wyboru tego, co się je.



02-07-2024

Co 3 osoba dorosła zagrożona chorobami z powodu braku ruchu

Alarmuje Światowa Organizacja Zdrowia.



02-07-2024

Cynk może pomóc chronić uprawy przed zmianami klimatu

Informuje "Nature".



02-07-2024

Tancerze są mniej neurotyczni niż ogół populacji

Jednocześnie są bardziej ugodowi i ekstrawertyczni.



02-07-2024

Rząd planuje, aby minister mógł odwołać

dyrektora NCBR

Dyrektor Narodowego Centrum Badań i Rozwoju będzie mógł zostać odwołany.

Informacje dnia: [Ekrany dotykowe bez problematycznego indu Świat atomów i cząsteczek Żyjemy w czasach multitożsamości](#) [Dlaczego Polki rzadziej jedzą mięso niż Polacy? Co 3 osoba dorosła zagrożona chorobami z powodu braku ruchu](#) [Cynk może pomóc chronić uprawy przed zmianami klimatu](#) [Ekrany dotykowe bez problematycznego indu Świat atomów i cząsteczek Żyjemy w czasach multitożsamości](#) [Dlaczego Polki rzadziej jedzą mięso niż Polacy? Co 3 osoba dorosła zagrożona chorobami z powodu braku ruchu](#) [Cynk może pomóc chronić uprawy przed zmianami klimatu](#) [Ekrany dotykowe bez problematycznego indu Świat atomów i cząsteczek Żyjemy w czasach multitożsamości](#) [Dlaczego Polki rzadziej jedzą mięso niż Polacy? Co 3 osoba dorosła zagrożona chorobami z powodu braku ruchu](#) [Cynk może pomóc chronić uprawy przed zmianami klimatu](#)

Partnerzy