

Le stress au travail : un vrai risque pour les maladies cardio-vasculaires

Le cabinet **Stimulus** a mené une étude sur le stress au travail (sachant que le stress est un facteur de risque important pour les maladies cardio-vasculaires) pendant plus de quatre ans, de janvier 2013 à juin 2017 et auprès de plus de 32 000 salariés de 39 grandes entreprises, de secteurs d'activité variés.

Le cabinet propose une synthèse détaillée de cette étude [ICI](#).

Si l'on veut retenir l'essentiel : **24% des salariés sont dans un état d'hyperstress, c'est-à-dire à un niveau de stress trop élevé et donc à risque pour leur santé. Mais une moitié des salariés (51%) connaît peu de stress.**

Les femmes sont plus touchées : 28% en hyperstress (20% pour les hommes) et seulement 46% avec peu de stress (55% pour les hommes). C'est moins que d'habitude relève pourtant la synthèse de l'étude, sans toutefois donner d'explications sur les causes.

Une étude plus poussée sur une partie de l'échantillon (8 876 salariés de 17 entreprises) a permis de mettre aussi en valeur le facteur âge, et le résultat est là aussi étonnant : les moins de 30 ans et ceux qui ont moins de 5 ans d'ancienneté dans l'entreprise (donc moins de métier, a priori) sont moins stressés (20% d'hyperstress chez les moins de 30 ans). A l'inverse, **les 40-50 ans (28% d'hyperstress) et les plus de 50 ans, notamment quand ils affichent 25 ans ou plus de « boutique » (28% d'hyperstress).**

Autre résultat surprenant : **les cadres ne sont pas plus touchés** que les non cadres (à 1% près).

En revanche, **les taux d'hyperstress varient selon les secteurs d'activité**. Ainsi les secteurs de la santé humaine et des actions sociales, des arts, spectacles et activités récréatives, des services et des activités financières et d'assurance (avec respectivement 42%, 31%, 29% et 28% de salariés en hyperstress) sont les plus stressants.

A l'opposé, les secteurs des transports et de l'entreposage, du commerce, de la production et distribution d'eau, assainissement, gestion des déchets et dépollution et de l'industrie manufacturière (avec respectivement 20%, 21%, 21% et 21% d'hyperstress) connaissent moins de stress.