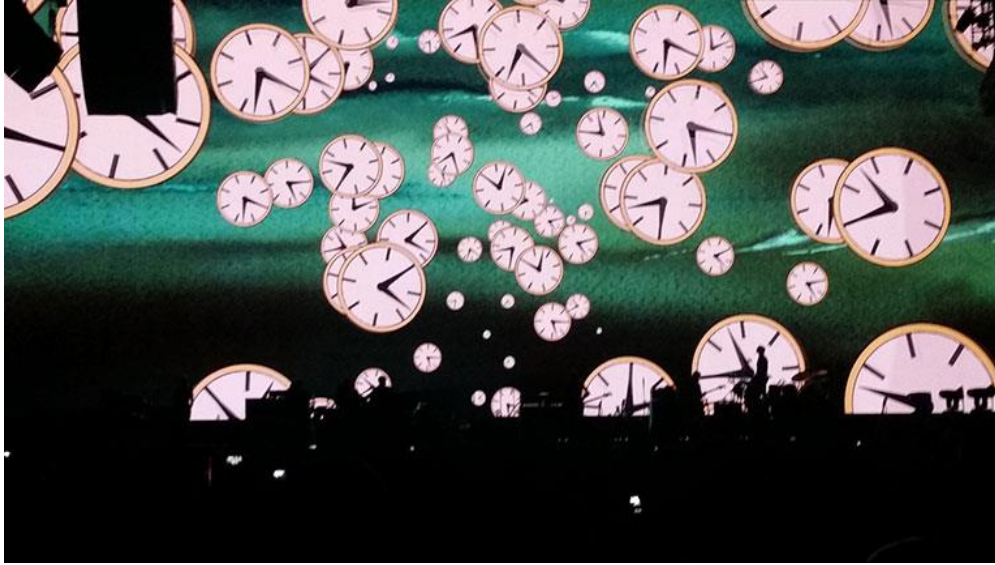




## ILO & WHO: Η υπερεργασία αυξάνει τα ποσοστά θνησιμότητας και καρδιακών ασθενειών



Σύμφωνα με ανάλυση<sup>1</sup> που δημοσιεύει η Διεθνής Οργάνωση Εργασίας (ILO) και ο Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας (WHO), η υπερεργασία και οι αυξημένες ώρες εργασίας συνδέονται άμεσα με 745.000 θανάτους από ισχαιμικά καρδιακά επεισόδια και εγκεφαλικά το 2016.

Με βάση την αξιολόγηση των στοιχείων θανάτων στην εργασία του 2016, 398.000 εργαζόμενοι-ες που υπέστησαν θανατηφόρα εγκεφαλικά και 347.000 καρδιακά επεισόδια εργάζονταν πάνω από 55 ώρες την εβδομάδα.

Επιπλέον φαίνεται από τις εκτιμήσεις των δύο οργανισμών ότι η επέκταση της τηλεργασίας, η μετάβαση σε πιο ευέλικτα σχήματα απασχόλησης μέσω των νέων μέσων επικοινωνίας και πληροφορικής σε συνδυασμό με την εξάπλωση των άτυπων ευέλικτων σχημάτων (αυτο-) απασχόλησης αύξησε τον εβδομαδιαίο χρόνο εργασίας και έκανε δυσδιάκριτα τα χρονικά όρια μεταξύ εργάσιμου και οικογενειακού βίου.

Για την αντιμετώπιση του προβλήματος, η έκθεση συνιστά σε κυβερνήσεις, εργοδότες και εκπροσώπους εργαζομένων να λάβουν μια σειρά μέτρων τα οποία θα περιλαμβάνουν:

Την εφαρμογή των διεθνών προτύπων για τον εργάσιμο χρόνο, όπως η πρόβλεψη χρονικών ορίων απασχόλησης ημερησίων, εβδομαδιαίων και τη διευθέτηση του χρόνου ανάπαυσης από την εργασία. Επιπλέον μέτρα προστασίας των εργαζομένων με βάρδιες και τα τις νυχτερινές ώρες καθώς και μέτρα που θα επεκτείνουν τις πιο πάνω προβλέψεις και θα προστατεύουν ισότιμα και τους τις μερικών απασχολούμενους-ες.

Περισσότερα [εδώ](#).

<sup>1</sup> <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0160412021002208>