



Lo stress nell'ambiente lavorativo può portare ad ipertensione?

Data 08 aprile 2008
Categoria cardiovascolare

L'opinione comune che lo stress lavorativo possa essere responsabile di aumenti della pressione arteriosa sembra infondata.

Quante volte si sente ripetere dire dai pazienti che l'ipertensione che si è loro riscontrata dipende da problemi nell'ambiente di lavoro che causano stress, preoccupazioni, stati d'ansia?

Spesso si è portati ad avvalorare questa interpretazione, ma è veramente così?

In uno studio prospettico di coorte sono stati seguiti per 7,5 anni più di 6.000 "colletti bianchi". Sono stati esclusi soggetti con malattia cardiovascolare nota o ipertensione al baseline. Per ogni partecipante sono stati valutati vari fattori di rischio cardiovascolare (BMI, fumo, attività fisica praticata, ecc.). Inoltre veniva determinato, con una serie di sistemi a punteggio, lo stress lavorativo, oltre a problematiche di tipo psichico legate sempre al lavoro. Per quanto riguarda le donne non si riscontrò alcuna differenza tra i valori pressori al baseline e durante il follow-up in presenza o meno di stress. Per gli uomini non c'erano differenze nei valori della pressione in mancanza di stress mentre quando lo stress era presente sia al baseline che durante il follow-up la pressione aumentava in media di 1,8 mmHg, un valore statisticamente significativo.

Si può ragionevolmente affermare però che in questo caso statisticamente significativo non vuol dire clinicamente rilevante. Insomma sembra che lo stress lavorativo non sia responsabile di aumenti della pressione arteriosa, contrariamente a quanto credono i pazienti e, talora, anche i medici.

Renato Rossi

Referenze

1. Guimont C, Brisson C, Dagenais GR, et al. Effects of job strain on blood pressure: a prospective study of male and female white-collar workers. Am J Public Health 2006;96:1436-1443.