

[FRANCE INFO REPLAY] Santé : les ravages de la charge mentale professionnelle

Le confinement et le télétravail ont-ils alourdi la charge mentale et notamment celle des femmes ? C'est ce que révèle une étude publiée le mardi 22 juin. La journaliste Anne-Claire Le Sann explique ce phénomène sur le plateau du 12/13.

La [charge mentale professionnelle](#) ne pèse pas sur tous les cadres de la même manière. Les femmes ressentent plus de pression avec un indice de 5 sur 10, contre 4,5 pour les hommes. En revanche, pour les mères qui doivent faire la gestion des enfants, des devoirs, plus que les hommes, ce chiffre est encore plus élevé.

Impacts sur la libido

Comment se traduit cette charge mentale professionnelle ? *"Le niveau de stress ressenti au travail, par exemple, certains critères doivent agir comme des signaux d'alarme pour les cadres qui les subissent"*, explique la journaliste Anne-Claire Le Sann. Ces symptômes sont une difficulté à s'endormir, ou un impact sur la libido. 18% des femmes avouent penser à leur travail en faisant l'amour contre 14% des hommes. Enfin, il y a l'impression de ne pas s'en sortir dans son travail : près de la moitié des femmes avec enfants la ressentent.

charge mentale

Liens utiles

[Santé : les ravages de la charge mentale professionnelle](#)