

## La salute? Dipende dal lavoro

**Pubblicato:** Lunedì 9 Luglio 2012

✘ Avete mai pensato: questo lavoro mi rovina?

Può capitare dopo una giornata di intensa attività di ritrovarvi a casa a pezzi, sognando una vacanza ristoratrice. **Il problema è nel lavoro che avete scelto.** Bella risposta, penserete voi.

E, invece, c'è uno studio scientifico che ha valutato **tutti i pregi, difetti, vantaggi, pericoli, emozioni, soddisfazioni per capire quali siano le attività che ci promettono**, almeno sulla carta, una vita lunga e al riparo da problemi.

La lista è stata pubblicata dall'**Huffington Post** che ha stilato una graduatoria dei lavori più sani e quelli più nocivi basata su pochi semplici parametri.

In base alla studio, l'occupazione più salutare è quella in cui c'è un **buon rapporto con i colleghi, si usa la creatività e si ha l'orario di lavoro flessibile**. Al contrario i peggiori per la salute sono le **categorie più a rischio, con un alto tasso di infortuni o pressione lavorativa**.

### **La classifica dei lavori più salutari:**

1. Istruttore fitness e personal trainer
2. Maestro di yoga
3. Coreografo
4. Ingegnere di software
5. Fiorista
6. Assicuratore
7. Dentista, igienista dentale, tecnico di laboratorio, dietologi
8. Impiegato pubblico
9. Assistente amministrativo
10. Artigiano in piccole società

### **E quella dei più nefasti per la salute:**

1. Pompieri, poliziotto
2. Impiegato
3. Lavoratore edile
4. Avvocato
5. Infermiere
6. Cameriere, commesso
7. Militare
8. Autista
9. Free-lance
10. Executive Manager

Al di là di alcuni lavori scontati, sia in positivo sia in negativo, ci sono alcune rivelazioni inedite. Per avere salute di ferro, dunque, non bastano i soldi o il potere. Meglio la soddisfazione.

Redazione VareseNews

redazione@varesenews.it

