

Appli iPhone/iPad (<http://itunes.apple.com/fr/app/the-huffington-post/id306621789?mt=8>) Connexion Créer un compte
Appli Android (<https://play.google.com/store/apps/details?id=com.huffingtonpost.android&hl=fr>) Plus (/big-news/#france-cest-la-vie)

DESTINATIONS AU CANADA EN SOLDE.
Voici une bonne excuse pour partir.

RÉSERVEZ MAINTENANT

AIR CANADA

15 janvier 2015

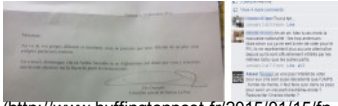
HUFF POST

C'est la vie de bureau

(<http://www.huffingtonpost.fr/news/cest-la-vie-de-bureau>)

Édition: FR J'aime 39k Suivre Newsletters Recherche HuffPost

- À LA UNE
- POLITIQUE
- ÉCONOMIE
- ([HTTP://WWW.HUFFINGTONPOST.FR](http://www.huffingtonpost.fr)) ([HTTP://WWW.HUFFINGTONPOST.FR/ACTUALITES/POLITIQUE/](http://www.huffingtonpost.fr/actualites/politique/)) ([HTTP://WWW.HUFFINGTONPOST.FR/ACTUALITES/ECONOMIE/](http://www.huffingtonpost.fr/actualites/economie/)) ([HTTP://WWW.HUFFINGTONPOST.FR/NEWS/SANTE/](http://www.huffingtonpost.fr/news/sante/)) • [Education](http://www.huffingtonpost.fr/news/education/) (<http://www.huffingtonpost.fr/news/education/>) • [Sexualité](http://www.huffingtonpost.fr/news/sexualite/) (<http://www.huffingtonpost.fr/news/sexualite/>)
- [Alimentation](http://www.huffingtonpost.fr/news/alimentation/) (<http://www.huffingtonpost.fr/news/alimentation/>) • [Beauté](http://www.huffingtonpost.fr/news/beaute/) (<http://www.huffingtonpost.fr/news/beaute/>) • [Voyage](http://www.huffingtonpost.fr/news/tourisme/) (<http://www.huffingtonpost.fr/news/tourisme/>)
- [Science](http://www.huffingtonpost.fr/news/science/) (<http://www.huffingtonpost.fr/news/science/>) • [Environnement](http://www.huffingtonpost.fr/actualites/environnement/) (<http://www.huffingtonpost.fr/actualites/environnement/>)
- [Têtes chercheuses](http://www.huffingtonpost.fr/news/tetes-chercheuses/) (<http://www.huffingtonpost.fr/news/tetes-chercheuses/>) • [Mode](http://www.huffingtonpost.fr/news/mode/) (<http://www.huffingtonpost.fr/news/mode/>)
- [Réussir autrement](http://www.huffingtonpost.fr/actualites/reussir-autrement/) (<http://www.huffingtonpost.fr/actualites/reussir-autrement/>) • [Déconnecter pour respirer](http://www.huffingtonpost.fr/news/deconnecter-pour-respirer/) (<http://www.huffingtonpost.fr/news/deconnecter-pour-respirer/>)



(http://www.huffingtonpost.fr/2015/01/15/fn-homosexuels-gay-homophobie-eric-domard-lettre-arabie-saoudite-afghanistan_n_6476388.html)
La réponse d'un conseiller FN à un sympathisant homophobe
(http://www.huffingtonpost.fr/2015/01/15/fn-prix-d'or-homosexuels-gay-homophobie-eric-domard-lettre-arabie-saoudite-afghanistan_n_6476388.html)



(http://www.huffingtonpost.fr/2015/01/14/charlie-hebdo-14-janvier-1178-price-minister-le-bon-coin-interdisent-revente-numero-prix-or_n_6468784.html)
Charlie Hebdo : PriceMinister et LeBonCoin interdisent la revente à prix d'or
(http://www.huffingtonpost.fr/2015/01/14/charlie-hebdo-14-janvier-1178-price-minister-le-bon-coin-interdisent-revente-numero-prix-or_n_6468784.html)



(http://www.huffingtonpost.fr/2015/01/14/shoah-hebdo-charlie-hebdo-dieuonne_n_6469634.html)
La gaffe de certains médias qui amuse les dieudonnistes
(http://www.huffingtonpost.fr/2015/01/14/shoah-hebdo-charlie-hebdo-dieuonne_n_6469634.html)

Santé: Trop de travail peut entraîner une consommation trop élevée d'alcool

Le HuffPost/AFP
Publication: 14/01/2015 14h32 CET | Mis à jour: 14/01/2015 14h32 CET



625 (javascript:void(0))

J'aime

122

SANTÉ - Attention aux heures supplémentaires! Travailler trop peut conduire à boire trop d'alcool, selon des chercheurs qui mettent en garde contre ce double excès
(https://www.facebook.com/sharer/sharer.php?u=http%3A%2F%2Fwww.huffingtonpost.fr%2F2015%2F01%2F14%2F-sante-travail-entraîner-consommation-alcool_n_647772.html)
Travailler trop peut conduire à boire trop d'alcool
(<http://www.bmj.com/content/350/bmj.g7772>)

2 (<http://twitter.com/intent/tweet?text=travailler+trop+peut+conduire+%C3%A0+boire+trop+d%27alcool+http%3A%2F%2Fhuff.to%2F14janv15>)
d'une série d'études englobant plus de 400.000 personnes montre que les personnes qui travaillent plus de 48 heures par semaine, soit au dessus du seuil d'une directive européenne sur le travail, ont une plus grande probabilité de s'engager dans une consommation à risque pour leur santé, selon l'étude.

Une consommation à risque d'alcool correspond à plus de 14 boissons alcoolisées par semaine pour une femme et plus de 21 pour un homme, note les auteurs. La référence pour une boisson est généralement l'unité d'alcool, soit 10 grammes d'alcool pur,

PUBLICITÉ



LES PLUS LUS SUR LE HUFFPOST

Dites bonjour à Mister France 2015

(http://www.huffingtonpost.fr/2015/01/14/aurelien-giorgino-mister-france-2015-photos-nrj12_n_6471614.html?utm_hp_ref=mostpopular)



(http://www.huffingtonpost.fr/2015/01/14/aurelien-giorgino-mister-france-2015-photos-nrj12_n_6471614.html?utm_hp_ref=mostpopular)

"Charlie" n'a pas décidé de se calmer (et ça plaît aux lecteurs)

(http://www.huffingtonpost.fr/2015/01/14/charlie-hebdo-reactions-14-janvier_n_6467832.html?utm_hp_ref=mostpopular)

correspondant à un verre standard (verre de bistrot ou de bar), comme par exemple un petit verre de whisky (3 centilitre ou cl), un verre de vin (10 cl à 12°) ou une chope de bière (25 cl à 5°).

L'école change avec vous

En 2015, l'Education nationale recrute des enseignants : rejoignez ceux qui font l'école.

Proposé par Ministère de l'Education Nationale

Au-delà de 49h de travail, le risque est accru

Les données individuelles montrent que les personnes qui travaillent de 49 à 54 heures par semaine, ou celles dont le travail hebdomadaire s'étend sur 55 heures ou plus, ont un risque accru du même ordre (13% et 12% respectivement) d'abuser de l'alcool, par comparaison à des employés travaillant 35 à 40 heures par semaine.

Les longues heures de travail ont été liées auparavant à un risque accru de maladies cardiovasculaires, d'accidents du travail et des problèmes de santé mentale, notent les auteurs.

Cette recherche, réalisée par une équipe internationale, englobe 14 pays développés : l'Allemagne, l'Australie, la Belgique le Canada, le Danemark, l'Espagne, les Etats-Unis, la France, la Finlande, le Japon, la Nouvelle Zélande, le Royaume-Uni, la Suède, et Taïwan.

L'augmentation de la probabilité de développer des habitudes de consommation à risque en raison d'un excès de travail est faible dans l'absolu, mais justifie un examen attentif relève dans un commentaire dans la revue, Cassandra Okechukwu de l'Ecole de santé publique d'Harvard (Etats-Unis).

Avoir un travail est associé avec une fréquence moindre de consommation d'alcool et de plus grandes chances de guérir d'un abus d'alcool que lorsque l'on est au chômage, ajoute-t-elle. Néanmoins ce risque doit être pris au sérieux, selon elle.

Ces résultats pourraient donner un nouvel élan à une nouvelle réglementation du temps de travail au titre de la santé publique, estime cette spécialiste en évoquant "la pression croissante" pour exclure une proportion grandissante de travailleurs des normes actuelles qui limitent les heures de travail en Europe et dans d'autres pays développés.

Lire aussi :

- » [Les entreprises vont pouvoir interdire toute consommation d'alcool](http://www.huffingtonpost.fr/2014/07/03/alcool-travail-entreprises-interdiction_n_5554855.html)
(http://www.huffingtonpost.fr/2014/07/03/alcool-travail-entreprises-interdiction_n_5554855.html)
- » [Deux questions simples pour diagnostiquer l'alcoolisme](http://www.huffingtonpost.fr/2014/07/09/test-alcool-deux-questions-simples_n_5570077.html)
(http://www.huffingtonpost.fr/2014/07/09/test-alcool-deux-questions-simples_n_5570077.html)
- » [On consomme plus d'alcool quand on fait du sport](http://www.huffingtonpost.fr/2014/09/25/consomme-plus-alcool-sport-prouve_n_5874830.html)
(http://www.huffingtonpost.fr/2014/09/25/consomme-plus-alcool-sport-prouve_n_5874830.html)
- » [3.3 millions de personnes meurent chaque année à cause de l'alcool](http://www.huffingtonpost.fr/2014/05/12/dangers-alcool-33-millions-personnes-meurent-chaque-annee-alcool_n_5308735.html)
(http://www.huffingtonpost.fr/2014/05/12/dangers-alcool-33-millions-personnes-meurent-chaque-annee-alcool_n_5308735.html)
- » [Pour suivre les dernières actualités en direct sur Le HuffPost, cliquez ici](http://www.huffingtonpost.fr/)
(<http://www.huffingtonpost.fr/>)

Retrouvez les articles de C'est la vie de bureau sur [notre page Facebook](https://www.facebook.com/huffpostbureau)
(<https://www.facebook.com/huffpostbureau>).

J'aime Partager 7 007 personnes aiment ça. Soyez le premier de vos amis.

Pour suivre les dernières actualités en direct, [cliquez ici](http://www.huffingtonpost.fr/)
(<http://www.huffingtonpost.fr/>).

EGALEMENT SUR LE HUFFPOST:

 [Comment boire plus d'eau](#)

1 sur 6  



La gaffe de certains médias qui amuse les dieudonnistes

(http://www.huffingtonpost.fr/2015/01/14/shoah-hebdo-charlie-hebdo-dieudonne_n_6469634.html?utm_hp_ref=mostpopular)



La réponse d'un conseiller FN à un sympathisant homophobe

(http://www.huffingtonpost.fr/2015/01/15/fn-homosexuels-gay-homophobie-eric-domard-lettre-arabie-saoudite-afghanistan_n_6476388.html?utm_hp_ref=mostpopular)



Il avait offert un tour du monde à une homonyme de son ex, ça ne s'est pas passé comme prévu

(http://www.huffingtonpost.fr/2015/01/14/tour-du-monde-jordan-axani-elizabeth-gallagher_n_6468266.html?utm_hp_ref=mostpopular)



Miley Cyrus (encore) nue dans son bain pour V Magazine

(http://www.huffingtonpost.fr/2015/01/14/miley-cyrus-nue-photos-sexy-v-magazine-chevne-thomas_n_6469864.html?utm_hp_ref=mostpopular)



Canal+ refuse de diffuser un dessin de Charb, un chroniqueur dénonce un "foutage de gueule"

(http://www.huffingtonpost.fr/2015/01/13/canal-quillaume-meurice-nouvelle-edition-dessin-charb-securite-caricature-prophete-charlie-hebdo_n_6463146.html?utm_hp_ref=mostpopular)