وللأعمال المنزلية فائدتها لصحة المرأة

أكّدت دراسة استرالية صينية مشتركة أنّ الأعمال المنزلية تقلل من فرص الإصابة بسرطان المبيض عند النساء، وتزداد فائدتها كلما كان العمل شاقاً، حيث ثبت أن مخاطر الإصابة بالسرطان تنخفض مع زيادة النشاط البدني، وأكّدت الدراسة أنّ مزاولة الأعمال المنزلية لمرة واحدة أسبوعياً ليس لها تأثير إيجابي.

أمّا التأثير الأقوى الذي يؤدي إلى الوقاية من المرض فإنّه يتطلب المداومة على القيام بهذا المجهود لمدة ثلاث أو ربع ساعات يومياً.