

Saúde é critério para contratação de executivos

Especialistas internacionais dizem que, além de dietas e da prática esportiva, profissional deve cuidar das emoções e do espírito

Assis Moreira
de Davos

Executivos com ambição de tornarem-se presidentes das empresas terão que atender um novo critério: administrar bem sua própria saúde. E a chave para uma melhor saúde não se limita à prática de esportes ou dietas. Ela passa pelo amor e felicidade.

“A escolha para contratar futuros “chief executive officer” (CEO) será baseada na característica mais importante do candidato: sua saúde”, alerta o comandante da Wavin, maior fabricante europeu de tubos de plástico, o holandês Fons Driesen, ao abrir um seminário sobre “gerenciar a saúde dos CEO”.

O holandês — que comanda uma empresa de US\$ 1 bilhão de faturamento, com 5 mil empregados — sustenta que “diplomas de universidades prestigiosas, grandes performances passadas e uma coleção impressionante de prêmios não estarão mais no topo das qualificações a serem examinadas”.

Para ter certeza de que o principal executivo trabalhará na sua capacidade máxima, chegará o dia em que os acionistas exigirão que os genes dos presidentes sejam examinados para identificar futuras doenças, “particularmente aquelas vinculadas à deterioração mental”, prevê o professor de neurologia e bioquímica da Universidade da Califórnia, Stanley Prusiner.

Nesse ambiente, administrar a própria saúde, no meio de concorrência acirrada e freqüentes viagens, significa encontrar um equilíbrio entre trabalho, família, férias, trabalhar e dormir. “Enfrente as doenças emocional e espiritual do coração — solidão e isolamento. Ame mais e seja feliz — esta é a chave para ter melhor saúde”, recomenda Dean Ornish, presidente do Instituto de Pesquisa de Medicina Preventiva e famoso nos Estados Unidos por uma

série de livros e programas de televisão. Para Ornish, um executivo deprimido nunca chegará ao topo, e está ameaçado de sofrer um ataque do coração.

Baseada em pesquisas, Arlie Russell Hochschild, professora de sociologia da Universidade de Berkeley, sugere que o executivo precisa administrar melhor o seu tempo para controlar o stress. “É preciso fazer pausas e relaxar, e sentir que há vida fora do trabalho”, recomenda.

Ocorre que a globalização impõe um outro ritmo aos executivos. Um exemplo disso são as fusões de empresas de diferentes continentes, como a da americana Chrysler e a alemã Daimler. O ex-presidente da Chrysler, Robert J. Eaton, conta que as



vídeo-conferências entre as duas diretorias, uma nos EUA e outra na Alemanha, são insuficientes. E precisam ser complementadas por viagens. “Não é fácil”, suspira Eaton.

Cientistas constataam que sucessivas viagens degradam fortemente a operacionalidade de um empresário, por causa do cruzamento de outras zonas de horário, “jet lag”, fadiga e

longas reuniões. A capacidade de julgamento pode cair 50%, a memória 20% e a habilidade de comunicação 30%, pelos cálculos de Mark Rosekind, presidente e cientista chefe do Alertness Solutions, uma empresa dos EUA que trata de questões como performance, sono e de aplicações ditas estratégicas para melhorar a produtividade.

“O principal problema para a vida saudável de um executivo é que ele dorme pouco, pelo menos uma hora e meia a menos que as oito necessárias em média para um ser humano”, diagnostica. “Isso provoca perda de produtividade e performance, que custa bilhões de dólares apenas nos EUA”.

Isso poderia ser evitado com téc-

nicas simples e práticas, garante Soren Ballegaard, diretor do Centro de Acupuntura da Dinamarca. “Se o balanço financeiro está positivo, o risco de falência é menor. É o mesmo caso se no fim do dia há o superávit de energia, o risco de ataque do coração é menor”. Ele ensina que um “superávit de energia” pode ser alcançado com uma simples massagem no centro do tórax. “Isso ativa o sistema nervoso, promove um equilíbrio contra o stress, e reduz dramaticamente os riscos de um ataque do coração”.

Para Dean Ornish, o executivo que quer uma vida saudável deve amar. Mas não deve cometer o prazer de fumar nem mesmo um charuto Havana por dia. ■