

saúde Executivo: uma função de risco

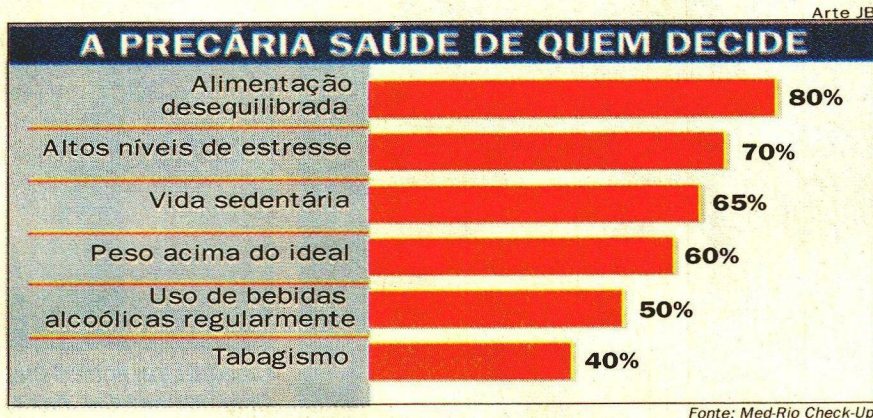
Pesquisa indica que grande parte de homens e mulheres em cargos de decisão nas empresas deixa a saúde de lado

RAFAEL PEREIRA
ESPECIAL PARA O JB

Os executivos brasileiros, as cabeças mais valiosas das grandes empresas, estão sucumbido às doenças cardíacas, decorrentes do estresse e dos males da vida profissional atribulada. Um estudo realizado pelo cirurgião Gilberto Ururahy, especialista em medicina preventiva e empresarial, aponta os problemas na vida dos executivos que podem causar prejuízos enormes a eles e às empresas.

– É sabido que 40% das mortes que ocorrem em grandes centros têm como origem as doenças do coração. Entre os fatores de risco das doenças coronarianas estão o estresse, peso acima do ideal, tabagismo, colesterol alto, entre outros. Quanto mais desses fatores o indivíduo apresentar, maiores são as chances de enfartes do miocárdio e derrames – afirma Ururahy.

Foram pesquisados mais de 20 mil clientes de Ururahy em sua clínica de



check-ups, entre 1990 e 2003, e o líder entre os maus hábitos é a alimentação desequilibrada, característica de 80% dos executivos. Como pano de fundo deste problema, Ururahy aponta o acúmulo de funções nas empresas, que diminuem o tempo do empregado para uma alimentação apropriada.

– Com a globalização, você vê fusões de empresas para manter a sobrevivência no mercado. Os executivos assumem duas ou três frentes de traba-

lho, e acabam tendo de comer *fast food*, que dá energia mas tem pouco valor nutritivo. Com isso, eles ingerem mais calorias do que necessitam, e a armazenam em forma de gordura – diz.

Mas é na busca do equilíbrio no corpo que os profissionais cometem erros que podem comprometer suas vidas, além da saúde financeira das empresas que investiram neste profissional. Alguns liberam tanta adrenalina durante as funções profissionais que, se

saissem do trabalho e fossem direto para casa, iam *cuspir marimbondos* nos filhos e na mulher.

– Equilibram a adrenalina – um estimulante – com o álcool, que é depressivo do sistema nervoso central, indo para o *happy hour*. Na repetição deste ato, acabam dependentes – alerta.

Segundo a pesquisa, metade dos executivos bebe regularmente. Da mesma maneira que esses profissionais precisam de substâncias que deprimem o sistema nervoso central no fim do dia, fazem uso de estimulantes no início do expediente, como o café.

O tabagismo, outro importante fator de risco para doenças do coração, é hábito de 40% dos executivos pesquisados pelo especialista. O cigarro faz o coração bater mais rápido e diminui a capacidade dos vasos sanguíneos, fazendo subir a pressão. Quanto maior o número de cigarros e a duração do vício, maior o risco.

Hoje, a porcentagem de mulheres executivas fumantes já é maior que a dos homens: 45% contra 35%, respectivamente. Isso é apenas uma das surpresas negativas que o estudo traz para o sexo feminino.

– Antes, a mulher tinha como prevenção apenas exames de mama e colo uterino, quando tinha. Hoje, faz *check-up* completo, o que tem mostrado que as mulheres enfartam tanto quanto os homens. A Sociedade Brasileira de Cardiologia fala em “*pidemia de enfartes*” em mulheres – afirma Ururahy.

Um colapso destes profissionais – as mulheres e homens mais importantes das grandes empresas – acarreta prejuízos enormes em dois níveis principais: sobre o próprio profissional e sobre a empresa. Segundo Ururahy, é de responsabilidade do empregador investir no diagnóstico dos problemas decorrentes do exercício da profissão.

Mulheres já são maioria entre os executivos fumantes