

# Crise eleva casos de insônia e depressão entre executivos

LUCAS VETTORAZZO  
DO RIO

07/12/2015 02h00

Ricardo Borges/Folhapress



Simone Silva, dona de um salão de beleza no centro do Rio de Janeiro

A crise econômica, que se agravou neste ano, aumentou os casos de problemas de saúde relacionados ao estresse, como depressão, insônia e ansiedade, entre executivos, gerentes e empresários.

Levantamento feito pela clínica Med-Rio Check Up, que realiza check-ups médicos em executivos e funcionários de alta gerência de grandes empresas do país, mostrou que houve elevação de 37,5% no número de pacientes com depressão no primeiro semestre deste ano na comparação com o mesmo período do ano passado.

A clínica faz anualmente pesquisa com 5.000 pacientes, que pagam cerca de R\$ 4.000 por uma bateria de exames laboratoriais e clínicos.

A pesquisa apontou mais ocorrências de casos de insônia (alta de 19%), ansiedade (60%) e estresse (27,7%).

O temor de perder o emprego e a dificuldade em resolver problemas de gestão fazem com que os funcionários estendam suas jornadas de trabalho e dediquem menos tempo à saúde.

O sócio-diretor de uma empresa de artigos infantis com 20 anos de mercado, no Rio, é um exemplo do quanto a crise pode fazer mal à saúde.

O empresário, que pediu que não fosse identificado, conta que desenvolveu depressão após ter de fechar 16 das suas 17 lojas em dois anos, por causa da crise.

Quando se viu inadimplente e na iminência de demitir seus últimos funcionários, teve uma crise nervosa, que evoluiu para depressão moderada. O empresário ganhou dez quilos e chegou a passar dias sem sair da cama.

"Não durmo direito há um ano. Meu casamento acabou, e a perspectiva da minha empresa é nenhuma", diz. Morador do

Jardim Botânico, zona sul do Rio de Janeiro, ele tinha uma renda de R\$ 20 mil. Hoje, os seus ganhos não superam R\$ 5.000 mensais.



Índices de empresas brasileiras em painel na Bovespa, em São Paulo (SP); enquanto o PIB, caiu 1,7% no terceiro trimestre deste ano, na comparação aos três meses imediatamente anteriores, os investimentos tiveram queda de 4%

## **ESTRESSE**

Psiquiatras ouvidos pela Folha explicam que, em momentos de crise, os problemas emocionais disparam.

"O estresse deixa a pessoa suscetível a enxaquecas, gastrites e até infartos. Mais comuns, porém, são casos de depressão, ansiedade e insônia", afirma o psiquiatra Antônio Nardi, do Instituto de Psiquiatria da UFRJ (Universidade Federal do Rio).

Segundo o coordenador dos ambulatórios do Instituto de Psiquiatria do Hospital das Clínicas de São Paulo, Rodrigo Leite, estudos mostram que o uso de controladores de humor e

antidepressivos disparou em países desenvolvidos durante a crise de 2008.

## **ANTIDEPRESSIVOS**

Este ano, no Brasil, a venda ao varejo desses dois tipos de medicamento aumentou 11,6% no período de 12 meses encerrados em outubro deste ano, indica levantamento da consultoria IMS Health.

A empresária Simone Silva, 46, convive desde 2013 com uma depressão controlada por remédios, mas conta que passou a ter crises constantes recentemente.

Seu salão de beleza no centro do Rio teve queda de 40% no movimento nos últimos doze meses. Ela diz que chegou a passar três dias seguidos na cama.

"É difícil conviver com a possibilidade de ter de fechar as portas do meu negócio. E enfrento isso todo dia", diz.

Uma executiva de uma multinacional de logística, de 43 anos, conta que recorreu aos antidepressivos por não conseguir reverter o quadro ruim na empresa este ano.

Pesquisa da consultoria alemã GfK com 200 brasileiros indicou que as principais causas para o estresse são a exigência alta sobre si, a falta de sono e de tempo para fazer o que deseja, a quantidade insuficiente de dinheiro e a violência.