

Veículo	Data	Página	Seção
O Globo	26/06/20	-	Blog Capital



SAÚDE

Executivos na quarentena: sem Covid-19, mas com 'burnout' e diabetes



Burnout | Foto de Andrea Piacquadio no Pexels

Bem empregados e protegidos do coronavírus na quarentena, os executivos não escapam ao lado B desse privilégio: os efeitos nocivos do *home office* sobre a saúde. Especializada em check-ups de executivos, a clínica Med-Rio submeteu 300 deles a uma bateria de cinco horas de exames em maio. Absolutamente nenhum dos pacientes havia contraído a Covid-19. O restante dos exames, em compensação, trouxe um quadro preocupante.

Em 35% dos executivos foi diagnosticada a esteatose hepática, que é o excesso de gordura no fígado. Essa condição é provocada por uma dieta repleta de carboidratos e álcool, associada ao sedentarismo. Antes da pandemia, a incidência nos examinados era de 20%, segundo Gilberto Ururahy, diretor da Med-Rio.

O diabetes do tipo 2, aquele que se adquire, aflige 10% dos pacientes, contra média de 7% em tempos normais. Cerca de 75% dos executivos também estavam acima do peso, ante média de 65% em uma época pré-Covid.

O *home office* também cobra um preço psicológico desses profissionais, como qualquer um que passe o dia em videoconferências já intuía. O *burnout*, síndrome do esgotamento total que resulta de níveis elevados e contínuos de estresse, foi diagnosticado em 12% dos pacientes. Normalmente, essa condição atingia parcela de 5% dos pacientes da Med-Rio. Quase um terço deles (27%) também sofre de insônia, incidência muito maior que no passado (18%).