



Gilberto Ururahy

Especialista em medicina preventiva

A saúde do nômade contemporâneo

Eles são vítimas de um sistema marcado pela cobrança de desempenho

Por **Gilberto Ururahy**

access_time 3 ago 2018, 17h41

chat_ **more** _horiz



Centro do Rio (Alexandre Macieira/Riotur)

O homem contemporâneo é um nômade no mercado globalizado. Neste ambiente global e cada vez mais virtual, executivos deslocam-se para diferentes pontos do planeta a fim de conquistar e assegurar mercados. Hoje um negócio está sendo fechado em São Paulo ou no Rio; amanhã um contrato será assinado em Paris, Nova York ou Pequim.

Não há pátria neste planeta dos negócios e os profissionais, atores e muitas vezes protagonistas deste jogo implacável, onde se ganha, mas também se perde, são submetidos a constante e elevada competição. Submissos às regras do business, esses nômades contemporâneos quase não têm vida pessoal. Eles são vítimas,

muitas vezes fatais, de um sistema marcado pela cobrança de desempenho. Eles pensam ser polivalentes, hábeis em antecipar mudanças e se adaptar permanentemente, mas não são poucos os que sucumbem à instabilidade emocional e às doenças incapacitantes.

Esta engrenagem massacrante, que resulta numa vida controlada pela lógica dos negócios, sem espaço para o conforto emocional, sem o fortalecimento de raízes familiares, despertou de forma agressiva o pano de fundo das doenças que mais impactam a saúde do homem moderno: o estresse.

Potencializado no ambiente globalizado dos negócios, no início dos anos 90, o estresse se alastrou para todas as classes sociais, mas encontrou no nômade contemporâneo um importante hospedeiro.

Este novo homem, para sobreviver no frenético ambiente da competição global e da vida cada vez mais virtual, precisa estar em permanente mutação em um mundo que, por sua vez, se transforma numa velocidade estonteante. Assim, no início do século XXI, o estresse desponta como a grande ameaça à saúde do nômade contemporâneo. Ele precisa saber enfrentá-lo.

No mundo corporativo não é diferente: a velocidade das mudanças cresce sempre e os resultados são, muitas vezes, para ontem. O nômade contemporâneo é capaz de ajustar-se a este *timing* e atender a incomensuráveis níveis de exigência, mas paga caro por isso. Em se tratando do ser humano, cuja estrutura corporal é constituída por genes que remontam a bilhões de anos, a dificuldade de adaptação é brutal. A fatura deste esforço vem na forma de um grande esgotamento físico e mental. Nossos 120 mil exames feitos ao longo de 28 anos (1990-2018) comprovam que as pessoas não estão preparadas para esta realidade de demanda, mudança e insegurança.

A pergunta que fica é: vale a pena?