

## UM BAIRRO PARA CHAMAR DE SEU

O London Hills é um pedaço de Londres em área nobre do Alto da Gleba Palhano. Com muita comodidade e estilo, suas charmosas esquinas e calçadas emolduram o privilégio de morar num local totalmente planejado para proporcionar qualidade de vida e bem estar.



**QUEENS PARK**  
173 m<sup>2</sup> PRIVATIVOS  
3 SUÍTES (1 SUÍTE MASTER)

**Kensington GARDENS**  
108 m<sup>2</sup> PRIVATIVOS  
3 DORMS. (1 SUÍTE)

**CHELSEA**  
100 m<sup>2</sup> PRIVATIVOS  
3 DORMS. (1 SUÍTE)

**UPTOWN RESIDENCE**  
75 m<sup>2</sup> E 85 m<sup>2</sup> PRIVATIVOS  
2 OU 3 DORMS.



vectrastore.com.br

**VECTRA STORE**

43 3376 4476  
R: BENTO MUNHOZ DA ROCHA NETO, 1225  
LAGO IGAPÓ | GLEBA PALHANO

**VECTRA**  
MUITO ALÉM DO LUGAR COMUM

VISITE OS APARTAMENTOS DECORADOS

CONSTRUÇÃO E INCORPORAÇÃO

### DEPRESSÃO

# Um mal que assombra o mercado de trabalho

Transtornos psíquicos atingem milhares de brasileiros e são a terceira causa de afastamento no mundo corporativo; insatisfação e falta de reconhecimento são principais gatilhos

Carolina Avansini  
Reportagem Local

Depressão, ansiedade, forte estresse e até mesmo a raiva são alguns dos transtornos que acometem diariamente milhares de trabalhadores brasileiros e chegam até mesmo a incapacitá-los para o trabalho. Conforme levantamento da Previdência Social, os chamados transtornos mentais e comportamentais foram a terceira causa de concessão de auxílio-doença em 2013, ficando atrás apenas das lesões, envenenamentos e outras consequências de causas externas e as chamadas do-

enças do sistema osteomuscular e do tecido conjuntivo.

A discussão sobre a incidência de tais transtornos no mercado de trabalho foi reacesa nos últimos dias, após a queda de um avião da companhia alemã Lufthansa, provavelmente por ação intencional do copiloto da aeronave, causando a morte de 150 pessoas. O noticiário internacional especula que o rapaz teria recebido tratamento - em alguma fase da vida - para depressão e transtorno de ansiedade generalizado, o que poderia justificar o ato. Segundo o Ministério Público francês, que investigou o fato, ainda não há pistas

concretas sobre o que teria motivado o copiloto.

No Brasil, existe a certeza que os transtornos mentais acometem muita gente. A Pesquisa Nacional de Saúde (PNS) realizada pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) em 2013 - e divulgada no final do ano passado - estimou que 7,6% (11,2 milhões) das pessoas de 18 anos ou mais de idade receberam diagnóstico de depressão por profissional de saúde mental. Entre os brasileiros que referiram diagnóstico, 11,8% disseram possuir grau intenso ou muito intenso de limitações nas atividades habituais por causa da doença. O mesmo estudo revelou que a população do Sul do Brasil são mais deprimidos que a população das outras regiões. Rio Grande do Sul concentra 13,2% de pessoas com diagnóstico de depressão, seguido por Santa Catarina (12,9%) e Paraná (11,7%).

Uma pesquisa realizada pela International Stress Management Association (IsmaBR) com trabalhadores brasileiros detectou que 47% dos pesquisados sentem-se eventualmente deprimidos e 12% possuem depressão recorrente. Com relação à ansiedade,

39% declararam vivenciar o transtorno eventualmente e 10% disseram sentir-se incapacitados por ele. Além disso, 57% dos entrevistados referiram sentir raiva e, entre eles, 18% seriam incapacitados pelo sentimento. "Quando a pessoa não consegue se concentrar nas funções, desenvolve pensamentos obsessivos de vingança e pensa em fazer mal ao outro, é sinal que a raiva está incapacitando", explica a presidente da IsmaBR, Ana Maria Rossi.

Segundo ela, cabe ao empregador e ao próprio trabalhador avaliar a necessidade de afastamento das funções para o tratamento. "Uma pessoa comprometida pela doença vai sofrer queda de performance, pode cometer erros importantes e causar problemas. Alguém profundamente deprimido ou com ansiedade generalizada dá sinais não verbais claros de que não está bem", alertou Ana Maria, que criticou ainda o excesso de diagnósticos sobre os possíveis problemas do copiloto alemão. "As declarações de que ele teria de depressão ou ansiedade podem gerar preconceito contra quem realmente sofre destes transtornos", acrescenta.

A presidente do Isma desta-

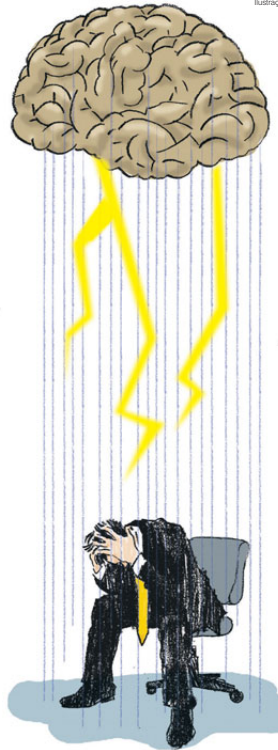


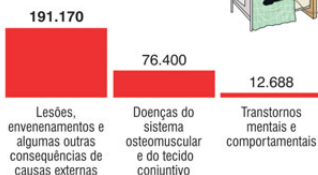
Ilustração: Marco Jacobsen

taca que a insatisfação e a falta de reconhecimento no trabalho estão entre os principais gatilhos das doenças. Profissionais das áreas financeira, de informática, educação e segurança pública seriam os mais suscetíveis aos transtornos mentais e comportamentais motivados pelo estresse. "Os empregadores exigem a execução de tarefas que o trabalhador não

tem condições de fazer, submetem à pressão exagerada. Além disso, muita gente se desloca do foco de interesse profissional e sente-se insatisfeito. Quem é mais frágil acaba sofrendo com maior intensidade", diz. A superação, segundo ela, depende da capacidade de reação de cada um. "Se a pessoa sente-se incapacitada, precisa buscar ajuda."

### FORA DO TRABALHO

Auxílio-doença concedidos em 2013



Fonte: Previdência Social

Folha Arte

DEPRESSÃO

# 'Mundo corporativo não aceita fragilidades'

**Funcionária da área financeira de uma multinacional esconde há 12 anos o diagnóstico de síndrome do pânico e depressão; motorista sofreu três acidentes de trânsito até iniciar tratamento de transtorno bipolar**

Carolina Avansini  
Reportagem Local

Por medo de ser julgada no trabalho, uma contadora de 38 anos, que preferiu não se identificar, esconde dos empregadores há 12 anos o diagnóstico de depressão e síndrome do pânico. Funcionária de uma grande empresa multinacional, ela não enxerga no ambiente corporativo a possibilidade de compreensão e acolhimento. "Seria uma profissional como tantas outras se não carregasse o 'fardo' que é conviver com pânico e depressão de forma camuflada", afirma.

Em tratamento com psicoterapia comportamental por uma década, associada a homeopatia e florais, a contadora aprendeu a conviver com os sinais das doenças e a entender os gatilhos que as desencadeiam. O autoconhecimento, porém, não evita o sofrimento no trabalho. "A realidade é que o mundo corporativo não aceita fragilidades. Simplesmente não há espaço para momentos de fraqueza e qualquer comportamento neste sentido é visto como má performance. O profissional tem metas, objetivos, mas é cobrado para ir além. Sempre reforçam que há espaço para melhorar, mesmo que você esteja entregando os resultados", desabafo.

Neste contexto de pressão, ela conta que não é raro passar mais de 12 horas no escritório. E, quando está fora, há o telefone corporativo e outras tecnologias que garantem o acesso. "Não há tempo para espairecer, ficar com a família com tranquilidade, estou sempre pensando em trabalho", lamenta ela, que está certa de que poderia ter menos sintomas de depressão e pânico se fosse menos cobrada. "Após a euforia para entregar resultados e ser um funcionário classificado como excelente - o que garante bônus financeiros -, chega o desânimo, a depressão e a sensação de inquietação", diz.

Pelo sofrimento apresentado, a contadora já foi aconselhada pela terapeuta a se afastar do trabalho por um período. Mas, por saber que a empresa associa doenças a um possível declínio de performance, preferiu não recorrer à licença. "As grandes empresas querem vencedores. Se afastar para cuidar de uma doença psíquica é o oposto disso, na visão delas. Há muita falta de informação", considera.

Por observar como a empresa lida com outros funcionários que demonstraram fragilidade, ela está convicta de que seria demitida no retorno de um possível afastamento. "No mundo corporativo as pessoas ainda associam doenças psicológicas com falta de garra ou objeti-

vos, como se fosse uma fraqueza", condena.

Apesar de ocupar um cargo de liderança, ela tenta não extrapolar demais o horário de trabalho em função da vida familiar, mas demonstra comprometimento em outros aspectos. "A única maneira de evitar que o trabalho se torne um dos principais gatilhos das doenças é o empresariado mudar a forma de se relacionar com os funcionários, sabendo que não dá para padronizar comportamentos e impor metas inatingíveis. É preciso aceitar que todos são humanos e que a fragilidade faz parte disto", defende.

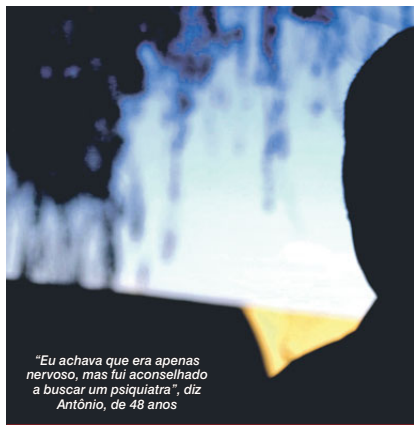
## EXPOSIÇÃO A RISCOS

Foi por meio do departamento de Recursos Humanos da empresa onde trabalhava que o motorista profissional Antônio, de 48 anos, buscou ajuda profissional e recebeu o diagnóstico de transtorno bipolar. A doença foi descoberta há dez anos, quando ele teve uma discussão "acalorada" com um funcionário de uma repartição pública e percebeu que não estava em boas condições. "Eu achava que era apenas nervoso, mas minha supervisora me aconselhou a buscar um psiquiatra", conta.

Até se conscientizar sobre a doença, porém, Antônio revela que correu riscos. "Sofri três acidentes de trânsito que poderiam ter sido evitados", recorda o motorista, que ficou em licença do trabalho por seis meses, voltou à função por mais cinco anos e, desde 2010, quando foi diagnosticado também com esquizofrenia, acabou definitivamente afastado.

Os gatilhos que desencadeavam as crises eram sempre associados à vida profissional. "Eu tinha que lidar com muita gente diferente, cumprir horários. Acabava me estressando demais", diz. Outro motivo eram os negócios "malfeitos" que o levaram a perder dinheiro. "Hoje, uma das minhas filhas é minha tutora. Não tenho capacidade para lidar com as finanças", conta.

O afastamento definitivo do trabalho foi motivo de muita tristeza para Antônio, que agora participa do programa de acolhimento diurno do Centro de Atenção Psicossocial (Caps). A segunda esposa, que ele conheceu durante o atendimento, é responsável por conduzi-lo ao tratamento todos os dias. "Me separei da primeira esposa há 15 anos porque era um transtorno na vida dela", conta. Prestes a se aposentar, Antônio acredita que poderia ter tido uma vida produtiva por mais tempo se tivesse sido diagnosticado na juventude. "Quando descobri, já era tarde", lamenta ele, que aguarda o encerramento do processo de aposentadoria para finalmente oferecer uma vida mais tranquila à família.



"Eu achava que era apenas nervoso, mas fui aconselhado a buscar um psiquiatra", diz Antônio, de 48 anos

# VENHA F

## PREÇOS EXCLU



**TV 32" LED COM  
CONVERSOR DIGITAL PHILIPS POR  
R\$ 999,00  
à vista**

**32" LE**

**PHILIPS**  
TV 32" LED COM  
CONVERSOR DI  
OU 0\*18 NO CAR  
TOTAL A PRAZO

Trabalhe melhor. Divirta-se mais. Windows



**POSITIVO**  
NOTEBOOK STILO XR3000  
WINDOWS 8.1, PROCESSADOR  
INTEL DUAL-CORE\*, DVD-RW,  
TELA DE 14" LED.

**R\$ 999,00**  
À VISTA  
OU 0\*18 NO CARNÊ R\$ 89,90  
TOTAL A PRAZO R\$ 1.618,20

**MEMÓRIA RAM 2 GB**

**HD 320 GB**



3D  
intel  
inside



# CASAS BA

Aceitamos cartões de crédito/débito:

A Via Varejo está com vagas abertas para profissionais com deficiência. Os candidatos deverão cadastrar o

Validade: 5/4/2015, limitado ao estoque. Não vendemos por atacado. Juros de 5,65% a.m. e CET 93,39% a.a. nos EUA e em outros países. Fotos ilustrativas. Ofertas válidas apenas para lojas físicas Casas Bahia.

Acesse: [casasbahia.com.br](http://casasbahia.com.br)





Cleto Pacheco

## Queixas precisam ser investigadas

O médico do trabalho Zuher Handar, presidente da Associação Nacional de Medicina do Trabalho (Anamt), esclarece que doenças adquiridas ou não no exercício da atividade profissional podem ser incapacitantes para o trabalho, incluindo os transtornos mentais e comportamentais. "É preciso ter atenção porque algumas delas trazem risco para o próprio trabalhador e para outras pessoas", diz.

Até mesmo doenças momentâneas, como uma simples gripe, podem ser perigosas. "Se o

trabalhador dirige um ônibus ou opera uma máquina, por exemplo, pode sentir-se mal e causar um acidente", exemplifica.

Os transtornos mentais podem ser motivados pelo tipo de organização do trabalho. "Excesso de cobranças, sobrecarga de atividades e autoritarismo são capazes de desencadear as doenças", destaca. Por isso, Handar defende que os exames para controle da saúde do trabalhador previstos em lei sejam realizados com qualidade e não apenas para cumprir a legislação. "O médico precisa

escutar as queixas e avaliar com profundidade se o trabalhador está apto ou não para exercer a função. Isso não se faz em dez minutos", critica.

Ele avalia que transtornos como ansiedade e depressão são difíceis de serem diagnosticados, o que aumenta a necessidade de prevenção, seja por maior rigor nos exames médicos laborais ou pela melhoria das condições de trabalho. "A avaliação do risco associado à atividade profissional pode evitar acidentes sérios", reforça o médico, lem-

brando que, infelizmente, muitos trabalhadores não assumem suas dificuldades ou problemas de saúde por medo de serem demitidos.

O problema é que mesmo doenças não originadas no trabalho podem ser agravadas pela rotina profissional, por isso é importante que os colaboradores tenham segurança para assumir a doença e, se necessário, providenciar uma intervenção. "Muitos afastamentos ocorrem porque a doença não foi investigada a tempo", diz. (C.A.)

# PARA A LOJA

USIVOS

TODA A LOJA SEM ENTRADA

LED

OM DIGITAL  
CARNÊ R\$ 89,90  
ZO R\$ 1.618,20



ACENDIMENTO AUTOMÁTICO

**Electrolux**  
LAVADORA TURBO  
4 NÍVEIS DE ÁGUA,  
FILTRO PEGA-FIAPOS NO  
AGITADOR.

0+18 NO CARNÊ  
**R\$ 89,90**  
OU À VISTA R\$ 999,00  
TOTAL À PRAZO R\$ 1.618,20



8 KG  
12 PROGRAMAS DE LAVAGEM

261 LITROS

FROST FREE



**ATLAS**  
FOGÃO MÔNACO  
4 BOCAS,  
FRONT CONTROL GLASS.

0+18 NO CARNÊ  
**R\$ 29,90**  
OU À VISTA R\$ 349,00  
TOTAL À PRAZO R\$ 538,20

**Electrolux**  
REFRIGERADOR 2 PORTAS  
FROST FREE

0+18 NO CARNÊ  
**R\$ 119,90**  
OU À VISTA R\$ 1.399,00  
TOTAL À PRAZO R\$ 2.158,20

# BAHIA DEDICAÇÃO TOTAL A VOCÊ

currículo pelo site [www.casasbahia.com.br/trabalheconosco](http://www.casasbahia.com.br/trabalheconosco).

a. IOF incluso. \*Intel, o logotipo Intel, Intel Inside, Intel Core e Core Inside são marcas da Intel Corporation

**Meu Bahianinho**  
Baixe o aplicativo gratuito e divirta-se com atividades surpreendentes!  
Disponível na App Store e Google play  
[influenciadecombahia.com.br/cpp](http://www.influenciadecombahia.com.br/cpp)

FAÇA HOJE O SEU CARTÃO CASAS BAHIA EM QUALQUER UMA DE NOSSAS LOJAS E COMECE A COMPRAR AGORA.

televendas: **4003-2773**

seg. a sex.: 8h às 22h - sáb. e dom.: 8h às 20h