

Profissional de Marketing considera a rotina estressante

Raio-X 2012 da Saúde mostra que anunciantes e agências dormem pouco, não bebem tanto e também não têm o hábito de fumar, mas praticam exercícios físicos.



A maioria dos profissionais de Marketing considera o seu dia estressante, embora afirmem administrar bem a rotina. É o que aponta a Pesquisa Raio-X 2012 da Saúde, desenvolvida pelo portal Minha Vida. Entre os anunciantes, o percentual é de 66,7%, número praticamente igual aos dos profissionais que atuam em agências, 66,2%. Mas, para 22,2% dos anunciantes e 26,2% dos profissionais de agências, a rotina marcada pelo estresse incomoda.

Embora o tempo ideal de sono seja oito horas por dia, 73,3% dos profissionais de agências dormem entre seis e oito horas, número menor entre os anunciantes, 66,7%. Há, ainda, quem durma menos: 22,2% entre os anunciantes e 20,5% entre as agências dormem menos de seis horas diárias. Já o consumo de álcool não chega a preocupar, uma vez que 66,7% dos anunciantes bebem apenas socialmente e 11,1% sequer consomem álcool, enquanto entre profissionais de agências 74,3% bebem socialmente e 14,3% não ingerem bebidas alcoólicas.

A grande maioria não fuma: 88,9% e 78,1% dos anunciantes e profissionais de agências, respectivamente, não tem o hábito do cigarro. Entre os anunciantes, 55,6% deles praticam exercícios físicos pelo menos três vezes por semana e 33,3% fazem acompanhamento médico de forma regular. Já dentre os profissionais de agências, 58,1% tomam os cuidados necessários para ter uma alimentação balanceada e 72,4% se encontram com amigos ou familiares ao menos uma vez por semana.

Fonte: Mundo do Marketing. [Portal].

Disponível em: < <http://www.mundodomarketing.com.br/ultimas-noticias/23894/profissional-de-marketing-considera-a-rotina-estressante.html> > .

Acesso em: 31 maio. 2012.