

CID-11: estratégias de Intervenções para o combate da Síndrome de Burnout

Laura Beatriz de Almeida Sacramento¹; 0009-0008-4576-0421

Júlio Israel Fidélis da Silva¹; 0009-0009-5779-1070

Odete Alves Palmeira¹; 0000-0003-1487-1096

Mariana de Moraes Tuler ¹;0009-0004-5560-8678

1 – UniFOA, Centro Universitário de Volta Redonda, Volta Redonda, RJ.
marianatuler20@gmail.com

Resumo: O presente estudo trata-se de uma revisão bibliográfica literária de artigos publicados nos últimos quatro anos, tendo como foco a Síndrome de Burnout que acomete drasticamente os profissionais de enfermagem. Com o objetivo de servir como fonte de informação a todos os enfermeiros e técnicos de enfermagem, espera-se que as informações presentes sejam úteis na busca por conhecimento a respeito dos seus direitos no ambiente de trabalho e como incentivo para que busquem ajuda para melhorar a própria saúde.

Palavras-chave: Enfermagem; Doença ocupacional; Burnout; CID-11.

INTRODUÇÃO

“Um “incêndio interno”, decorrente de um excessivo desgaste emocional e de recursos que afetam de forma direta e negativamente a relação do indivíduo com o trabalho”. Assim foi feita a definição sobre a Síndrome de Burnout que deu ênfase e relevância para tal no mundo acadêmico, presente no artigo *Staff Burn-Out*, de Herbert J. Freudenberger, um psicólogo estadunidense que fora publicado em 1974 (FRANCO *et al.*, 2019).

O que se enquadra perfeitamente na jornada de trabalho dos profissionais de enfermagem, devendo também ser destacados a falta de recursos adequados, pressão constante e a responsabilidade de cuidar de pacientes em situações delicadas. Além disso, a enfermagem enfrenta desafios significativos ao lidar com as demandas do ambiente hospitalar, a necessidade de manter um alto nível de cuidado e empatia com os pacientes, e a pressão para cumprir metas e protocolos estabelecidos.

Deste modo, após a leitura de diferentes fontes literárias, temos como objetivo principal neste estudo, reconhecer a importância da saúde mental dos profissionais de enfermagem e oferecer o conhecimento necessário para prevenir e lidar com o Burnout.

É relevante compreendermos como juridicamente o profissional de enfermagem está amparado, sendo de conhecimento público que de acordo com a Constituição Federal criada em 1988, podendo ser conhecida como “Constituição Cidadã”, onde o artigo 7º da Carta Magna prevê o direito à saúde do trabalhador (REIS *et al.*, 2020).

A Lei Orgânica da Saúde (Lei nº8.080/90) que frisa a saúde do trabalhador em seu art. 6º, 3º:

Art. 6º [...] § 3º Entende-se por saúde do trabalhador, para fins desta lei, um conjunto de atividades que se destina, através das ações de vigilância epidemiológica e vigilância sanitária, à promoção e proteção da saúde dos trabalhadores, assim como visa à recuperação e reabilitação da saúde dos trabalhadores submetidos aos riscos e agravos advindos das condições de trabalho, abrangendo:

I - Assistência ao trabalhador vítima de acidentes de trabalho ou portador de doença profissional e do trabalho; [...] (BRASIL, 1990).

Compreende-se então que a partir do momento que a lei garante amparo ao trabalhador portador de doença do trabalho, o profissional diagnosticado com Burnout

se enquadra perfeitamente neste termo, visto que o Burnout é causado pelas más condições de trabalho, físicas e mentais, como explicado anteriormente. O fato ganha ainda mais relevância e destaque quando buscamos compreender a classificação da Síndrome de Burnout dentro da CID-11 (Classificação Internacional de Doenças), precisamente no código QD85.

A mudança representou um forte avanço, já que agora passa a ser oficialmente reconhecida pela OMS como uma doença ocupacional decorrente de fatores da organização do trabalho (TEIXEIRA; FONSECA, 2022).

MÉTODOS

O presente estudo trata-se de uma revisão bibliográfica literária com abordagem qualitativa. Este tipo de revisão define-se por: “Uma avaliação crítica da bibliografia existente sobre um tópico ou tema específico [...]” (HOLLIER, 2023).

Para alcançar o objetivo proposto, utilizamos como principais fontes de levantamento bibliográfico/ Literatura Internacional em Ciências da Saúde: (PUBMED), a Biblioteca Eletrônica Científica Online (SciELO), a Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e a plataforma do Google Acadêmico, foram usadas os seguintes descritores de ciência e saúde (DeCS): Burnout; Doença Ocupacional; Enfermagem e CID-11.

Os critérios utilizados para a inclusão de textos foram, artigos que reconheçam o Burnout como doença ocupacional e que tragam informações sobre o assunto voltadas para o campo da enfermagem, que consiste na premissa deste estudo. Também, artigos explicativos sobre a CID-11, artigos que estivessem em português, texto completo e que tenham sido publicados a partir de 2020.

Já os critérios de exclusão de texto foram, artigos que não possuíssem informações atualizadas sobre a mudança do CID-10 para o CID-11, mais especificamente sobre o código QD85 e artigos publicados antes de 2020, que não estivessem em português e não fosse texto completo.

Utilizando os descritores de ciência e saúde foram encontrados o total de 17.345 artigos relacionados ao tema abordado, ao aplicar os critérios de inclusão e exclusão, apenas 08 foram selecionadas para este estudo.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Com base nos artigos selecionados, foi fácil identificar que os autores compreendem que o adoecimento físico dos profissionais de enfermagem, em sua maioria causados pelas jornadas excessivas de trabalho, alta demanda e grande nível de responsabilidade, está diretamente ligado ao adoecimento mental. Deste modo, é extremamente necessário tratar a mente e isso começa a partir do momento em que melhores condições de trabalho e maior auxílio da gestão, são prestados a esses profissionais.

No contexto da saúde, é imprescindível que o profissional seja revestido de senso de responsabilidade, a fim de que possa ter liberdade para tomar decisões importantes, imprescindíveis para a recuperação do paciente. Para tanto, devem ser dadas a estes profissionais as condições materiais e emocionais para exercerem sua função com autonomia e segurança, além do reconhecimento público pelo que desempenham, gerando assim motivação e produtividade (CORREA; MORAES FILHO, 2020).

Os achados evidenciaram que a Síndrome de Burnout nos profissionais de enfermagem é resultante de ambientes de trabalho desgastantes, sem possibilidades de oportunidade de crescimento e com pouco reconhecimento, bem como jornadas exaustivas e excesso de trabalho, além de desarmonia salarial em relação a função representada. Já os fatores idade e relacionamento estável não possuíram aspectos que os confirmassem como atenuantes ou agravantes, tendo que haver mais estudos acerca do tema para uma resposta sobre eles (SILVA *et al.*, 2021).

Com isso, é válido reforçar o quanto a problemática de um ambiente de trabalho conturbado e insatisfatório, está diretamente ligada aos resultados que aquele profissional entrega e também ao seu estado de saúde mental. Além disso, também pode gerar acidentes de trabalho e ao afastamento por determinado período do profissional.

Estratégias eficazes para aliviar o estresse no ambiente de trabalho

Algumas estratégias que foram consideradas opções eficazes são: treino de resiliência, prática de yoga, promoção do autocuidado, comprometimento organizacional e incentivo à promoção da saúde mental (LOPES *et al.*, 2022).

Ou seja, práticas que tenham como objetivo aliviar o estresse e a pressão cometidos aos profissionais de enfermagem.

Ao adotar este tipo de estratégias, garante-se resultados significativamente positivos para a instituição e principalmente para a vida dos profissionais, podendo assim reduzir consideravelmente os números de profissionais de enfermagem que sofrem com a Síndrome de Burnout. Outras opções a serem consideradas são a criação de um POP (Procedimento Operacional Padrão) específico para a Síndrome de Burnout e a sala de decompressão, que vem ganhando destaque no ambiente hospitalar devido ao efeito positivo que ela gera no ambiente e na rotina de trabalho.

O Burnout reconhecido como doença ocupacional

Partindo do princípio acima, embora os artigos selecionados tenham objetivos diferentes, a semelhança entre eles é muita quando se consegue compreender que os artigos que visam comprovar o Burnout como doença ocupacional, são compatíveis em concordância com os artigos que tem como objetivo explicar as mudanças aderidas na nova atualização da CID, visto que foi na CID-11 que o Burnout passou a ser reconhecido oficialmente como doença ocupacional.

Em janeiro de 2022, o Burnout passou a ser descrito como:

Uma síndrome conceituada como resultante do estresse crônico no local de trabalho que não foi gerenciado com sucesso. Caracteriza-se por três dimensões: 1) sentimentos de esgotamento ou exaustão de energia; 2) aumento da distância mental do trabalho, ou sentimentos de negativismo ou cinismo em relação ao trabalho; e 3) uma sensação de ineficácia e falta de realização. Burnout refere-se especificamente a fenômenos no contexto ocupacional e não deve ser aplicado para descrever experiências em outras áreas da vida (OMS, 2024).

A CID-11 foi criada com o intuito de se adequar a era digital que vivemos atualmente, com modificações e adaptações que visam acrescentar as novas necessidades clínicas. Ainda que o Burnout já seja tópico de discussões e pesquisas no âmbito da saúde a muito tempo, e venha gerando controvérsias trabalhistas no meio jurídico, foi com a atualização da CID e criação do código QD85 que os sintomas da mesma ganharam lugar e se adequaram ao capítulo: problemas associados ao emprego ou ao desemprego.

Um ponto importante é que a SB (Síndrome de Burnout) não é um adoecimento que se associa ou que seja fruto de fatores biológicos, como idade, gênero ou etnia, ou

sociais, como estado civil ou escolaridade, mas é principalmente desencadeada em decorrência dos fatores ocupacionais (BARBOSA *et al.*, 2020).

Entende-se então que no contexto da enfermagem, é reconfortante que hoje a Síndrome de Burnout tenha espaço para ser discutida e tratada. A partir do momento que o profissional de saúde se sente escutado e amparado por sua gestão, isso diminui consideravelmente o número de profissionais adoecidos no ambiente de trabalho e conseqüentemente, melhora o número de eficácia e rendimento.

Código QD85

No Brasil, o código que identifica o diagnóstico da doença é o QD85, dentro da CID11 (classificação estatística internacional de doenças e problemas relacionados à saúde). Na prática, esse diagnóstico possibilita ao trabalhador o afastamento remunerado de 15 dias e, caso a licença médica ultrapasse esse período, fará jus ao auxílio-doença acidentário, benefício pago pelo Instituto Nacional de Seguro Social (INSS) que garante estabilidade provisória de 12 meses após o retorno do profissional ao ambiente de trabalho. O diagnóstico, como em todos os casos de doenças decorrentes do trabalho, deve ser feito por profissionais da saúde, como psicólogos e psiquiatras. Após o afastamento de 15 dias, remunerado pela empresa, o trabalhador ainda deverá submeter-se às regras do INSS, devendo comparecer em perícias médicas, por exemplo (MOREIRA, 2023).

Contudo, ao menos no campo da enfermagem o código QD85 ainda não é do conhecimento de todos, como já dito anteriormente. O direito à saúde que todos tem, muitas vezes não é ofertado a quem diariamente o promove. A gestão hospitalar peca em disseminar informação e cuidado aos seus funcionários sobre doenças mentais, porém também é dever dos enfermeiros e técnicos de enfermagem estarem cientes dos seus direitos, além de buscar acabar com o preconceito ainda existente do ambiente de trabalho quando o assunto é saúde mental.

Segundo a magistrada:

A iniciativa é relevante para pensar na saúde mental como um todo e tentar destruir o estigma que ainda existe com as doenças mentais na sociedade. Nenhum trabalhador é estigmatizado por cair da escada e sofrer uma fratura, por exemplo, mas se ele desenvolver uma doença mental, as pessoas ainda têm preconceito e estigma. É difícil, inclusive, o próprio trabalhador reconhecer que está doente. Ainda é preciso avançar na sociedade para falar naturalmente sobre saúde mental e trabalho (MOREIRA, 2023).

No contexto geral do tema, Vilaço *et al.* (2021), Silva *et al.* (2020), Teixeira *et al.*, e Lima *et al.* (2023) concordam com os demais autores citados a respeito dos motivos que levam os profissionais de enfermagem a desenvolverem a Síndrome de Burnout, e também a respeito de como prevenir e evitá-la. Espera-se que o código QD85 torne mais fácil a discussão sobre o Burnout no ambiente de trabalho para fora do papel e que a mesma seja diagnosticada de forma menos banal e acanhada.

CONCLUSÕES

Este artigo evidenciou que a Síndrome de Burnout seja objeto de estudo a muitos anos, quando colocamos o diagnóstico em prática ele ainda é rigorosamente questionado e em alguns casos não possui a atenção e cuidado que deveria, mesmo que transtornos mentais tenham ganhado destaque nos últimos tempos.

A realidade é que este assunto embora em alta nas mídias, na prática o direito que o trabalhador possui de se afastar por estar mentalmente doente ainda é pouco discutido e muitas vezes banalizado.

Espera-se que este estudo possa servir como fonte de informação a todos os enfermeiros e técnicos de enfermagem que buscam conhecimento a respeito dos seus direitos no ambiente de trabalho e também como incentivo para que busquem ajuda e não deixem sua saúde em segundo plano para que possam cuidar da saúde dos outros. A Síndrome de Burnout é um tema amplo com margem para pesquisas futuras e muitas variantes, permitindo assim que continue a ser explorada em busca de melhores resultados.

REFERÊNCIAS

BRASIL. Presidência da República. Casa Civil subchefia para Assuntos Jurídicos. **Lei n.º 8.080, De 19 de Setembro de 1990.** Dispõe sobre as condições para a promoção, proteção e recuperação da saúde, a organização e o funcionamento dos serviços correspondentes e dá outras providências. Brasília, 1990. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/l8080.htm. Acesso em: 02 abr. 2024.

HOLLIER, C. **Guia de Boas Práticas para uma Pesquisa Bibliográfica**. IFIS, 2023. Disponível em: <https://ifis.libguides.com/portuguese-best-practice>. Acesso em: 15 abr. 2024.

LOPES, J. *et al.* Estratégias de prevenção do Burnout nos enfermeiros – revisão da literatura. **RPSO**, Gondomar, v. 13, p. 122-130, jun./jul. 2022. DOI: <https://doi.org/10.31252/rpso.04.06.2022>. Disponível em:

[https://www.scielo.pt/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2183-](https://www.scielo.pt/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2183-84532022000100122&lang=pt)
[84532022000100122&lang=pt](https://www.scielo.pt/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2183-84532022000100122&lang=pt). Acesso em: 11 abr. 2024.

[https://www.scielo.pt/scie](https://www.scielo.pt/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2183-84532022000100122&lang=pt)

[lo.php?script=sci_arttext&pid=S2183-](https://www.scielo.pt/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2183-84532022000100122&lang=pt)
[84532022000100122&lang=pt](https://www.scielo.pt/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2183-84532022000100122&lang=pt). Acesso em: 11 abr. 2024.

OMS. **QD85 Burnout**. Organização Mundial da Saúde, 2024. Disponível em: <https://icd.who.int/browse/2024-01/mms/en#129180281>. Acesso em: 20 maio 2024.

REIS, P. K.; FRANCO, M. V.; FIALHO, M. F. Síndrome de Burnout, Psicologia e Direito à Saúde. *In: Congresso e Psicologia Organizacional e do Trabalho do Centro Oeste Paulista*, 3, 2020, São Paulo. **Anais**. São Paulo: Ed. Científica Digital, 2020. p. 154-159. Disponível em: <https://downloads.editoracientifica.org/articles/200500321.pdf>.

Acesso em: 20 maio 2024.

RIMSA, F. B. S. *et al.* Síndrome de Burnout (SB) como doença ocupacional na enfermagem: uma revisão literária sistemática. **Rev. Contemporânea**, v. 3, n. 12, p. 31661-31676, 2023. Disponível em:

<https://ojs.revistacontemporanea.com/ojs/index.php/home/article/view/2850/2083>.

Acesso em: 10 abr. 2024.

SILVA, A. C. M. *et al.* As razões para o desenvolvimento da síndrome de burnout em enfermeiros: uma revisão integrativa. **Ciências biológicas e de Saúde Unit.**,

Alagoas, v. 7, n. 1, p. 57-68, out. 2021. Disponível em:

<https://periodicos.set.edu.br/fitbiossaude/article/view/7768/4785>. Acesso em: 11 abr.

2024.

VILAÇO, R. L. B. *et al.* Fatores que Levam a Alta Incidência da Síndrome de Burnout nos Profissionais de Enfermagem, **Rev. Eletr. Acervo Enferm.**, v. 12, p. 1-9, 2021. DOI: <https://doi.org/10.25248/reaenf.e7894.2021>. Disponível

em: <https://acervomais.com.br/index.php/enfermagem/issue/view/217>. Acesso em: 12

maio 2024.