



**Relatório de incapacidade
temporária para o trabalho dos
servidores da Universidade de
Brasília do ano de 2023**

Universidade de Brasília
Decanato de Gestão de Pessoas
Diretoria de Saúde, Segurança e Qualidade de Vida no Trabalho
Coordenadoria de Saúde Ocupacional



Relatório de incapacidade temporária para o trabalho dos servidores da Universidade de Brasília do ano de 2023

Brasília
2024

Reitora

Márcia Abrahão Moura

Vice-Reitor

Enrique Huelva Unternbäumen

Decana de Gestão de Pessoas

Maria do Socorro Mendes Gomes

Diretor de Saúde, Segurança e Qualidade de Vida no Trabalho

Thiago Antônio de Mello

Coordenador de Saúde Ocupacional

Everaldo José da Silva

Elaboração e análise do relatório

Renata Valero Barbosa Franco

Pollyanna Salles Rodrigues

APRESENTAÇÃO

A Coordenadoria de Saúde Ocupacional compõe a Diretoria de Saúde, Segurança e Qualidade de Vida no Trabalho, que faz parte do Decanato de Gestão de Pessoas.

O campo de atuação é amplo e aborda áreas relativas à saúde do trabalhador com a finalidade de promover a saúde individual e coletiva dos servidores, além de prevenir e reduzir os riscos no ambiente de trabalho.

Dentre as várias competências, destaca-se o mapeamento de doenças e agravos que afetam a saúde dos servidores da Universidade de Brasília (UnB). Essas informações possibilitam o desenho do perfil de saúde e de adoecimento que sinalizem as causas mais comuns de incapacidade temporária para o trabalho, fornecendo subsídios importantes para o planejamento das ações corretivas e promotoras de saúde nos ambientes laborais dos *campi*, além de proporcionar a disseminação de conhecimentos que podem colaborar na construção de pesquisas e produções científicas, observadas nos relatórios confeccionados anualmente.

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO.....	7
2 MÉTODO.....	8
2.1 Cenário geral das licenças médicas na UnB.....	8
2.2 Licenças para tratamento de saúde de acordo com a CID-10.....	9
2.3 Licenças para tratamento de saúde por local de trabalho.....	9
3. CAPÍTULO 1.....	11
3.1 Cenário geral das licenças médicas na Universidade de Brasília.....	11
4. CAPÍTULO 2.....	15
4.1 Licença para tratamento de saúde de acordo com as doenças da classificação internacional (CID-10).....	15
4.1.1 GRUPO A00 – B99: ALGUMAS DOENÇAS INFECCIOSAS E PARASITÁRIAS.....	15
4.1.2 GRUPO C00 – D 48: NEOPLASIAS.....	16
4.1.3 GRUPO E00 – E90: DOENÇAS ENDÓCRINAS, NUTRICIONAIS E METABÓLICAS.....	17
4.1.4 GRUPO F00 – F99: TRANSTORNOS MENTAIS E COMPORTAMENTAIS.....	17
4.1.5 GRUPO G 00 – G99: DOENÇAS DO SISTEMA NERVOSO.....	18
4.1.6 GRUPO H00 – H95: DOENÇAS DO OLHO E ANEXOS, OUVIDO E DA APÓFISE MASTOIDE.....	19
4.1.7 GRUPO I00 – I 99: DOENÇAS DO APARELHO CIRCULATÓRIO.....	20
4.1.8 GRUPO J 00 – J 99: DOENÇAS DO APARELHO RESPIRATÓRIO.....	20
4.1.9 GRUPO K00 – K 93: DOENÇAS DO APARELHO DIGESTIVO.....	21
4.1.10 GRUPO L00 – L 99: DOENÇA DA PELE E DO TECIDO SUBCUTÂNEO.....	22
4.1.11 GRUPO M 00 – M 99: DOENÇAS DO SISTEMA OSTEOMUSCULAR E DO TECIDO CONJUNTIVO.....	23
4.1.12 GRUPO N 00 – N 99: DOENÇAS DO SISTEMA GENITURINÁRIO.....	24
4.1.13 GRUPO R00 – R99: SINTOMAS, SINAIS E ACHADOS ANORMAIS DE EXAMES CLÍNICOS E DE LABORATÓRIO NÃO CLASSIFICADOS EM OUTRA PARTE.....	24
4.1.14 GRUPO S e T: LESÕES, ENVENENAMENTO E ALGUMAS OUTRAS CONSEQUÊNCIAS EXTERNAS.....	25
4.1.15 GRUPO U – CÓDIGOS PARA PROPÓSITOS ESPECIAIS.....	26
4.1.16 GRUPO V, W, X, Y– CAUSAS EXTERNAS DE MORBIDADE E MORTALIDADE.....	26
4.1.17 GRUPO Z – FATORES QUE INFLUENCIAM O ESTADO DE SAÚDE E CONTATO COM SERVIÇOS DE SAÚDE.....	27
5 CAPÍTULO 3.....	28
5.1 Licenças para tratamento de saúde por local de trabalho.....	28
5.1.1 HOSPITAL UNIVERSITÁRIO DE BRASÍLIA.....	28
5.1.2 FACULDADE DE MEDICINA.....	29
5.1.3 INSTITUTO DE LETRAS.....	30
5.1.4 FACULDADE DE CEILÂNDIA.....	30
5.1.5 CENTRO DE EDUCAÇÃO A DISTÂNCIA.....	31
5.1.6 FACULDADE DE AGRONOMIA E MEDICINA VETERINÁRIA.....	31
5.1.7 RÁDIO E TELEVISÃO UNIVERSITÁRIA.....	32
5.1.8 COORDENADORIA DE CAPACITAÇÃO.....	33
5.1.9 FACULDADE DE CIÊNCIAS DA SAÚDE.....	33

5.1.10 EDITORA DA UNIVERSIDADE DE BRASÍLIA.....	34
5.1.11 INSTITUTO DE GEOCIÊNCIAS.....	35
5.1.12 FACULDADE DE PLANALTINA.....	35
5.1.13 COORDENAÇÃO DE GESTÃO DE DOCUMENTOS.....	36
5.1.14 COORDENAÇÃO DE SEGURANÇA.....	37
5.1.15 AUDITORIA.....	37
5.1.16 FACULDADE DE CIÊNCIAS DA INFORMAÇÃO.....	38
5.1.17 INSTITUTO DE QUÍMICA.....	39
5.1.18 DIRETORIA DE DESENVOLVIMENTO SOCIAL.....	39
5.1.19 FACULDADE DE EDUCAÇÃO.....	40
5.1.20 DIRETORIA DE ACESSIBILIDADE.....	41
6 CONCLUSÃO.....	42

1 INTRODUÇÃO

As mudanças tecnológicas e a rápida inovação de conhecimento, trouxe a necessidade de reestruturação nos processos de trabalho. Essas constantes transformações geraram desgastes psicológico e físicos nos trabalhadores, porque muitas vezes não conseguem absorver todos os impactos gerados no ambiente de trabalho. No setor público, além das atualizações, se acrescenta a cobrança da sociedade por melhorias nos resultados e na transparência das utilizações dos recursos (KLEIN, PEREIRA, LEMOS; 2019).

Pesquisas no campo da Saúde do Trabalhador têm se dedicado a compreender os principais problemas de saúde relacionados ao trabalho que causam incapacidades, sendo que esta consiste na impossibilidade de desempenhar funções específicas, temporária ou definitiva, decorrente de alterações do estado de saúde físico ou psicológico, que é avaliada de acordo com o grau, a duração e a abrangência da tarefa desempenhada (ALMEIDA, SILVEIRA, TREVISAN, CRUZ; 2021).

Desse modo, identificar as características da saúde e da doença dos servidores públicos pode dar instrumentos de aplicação adequados para a realidade de cada instituição, embasando as propostas de intervenção ou planos de ação mais viáveis. Permite também a compreensão da atual situação dos servidores e indiretamente da organização, bem como das condições de trabalho, fornecendo subsídios importantes para o planejamento das ações em saúde ocupacional (ALMEIDA, SILVEIRA, TREVISAN, CRUZ; 2021).

Diante do exposto, a Coordenadoria de Saúde Ocupacional considera de grande importância a realização da consolidação dos dados de registros das licenças médicas para tratamento da própria saúde dos servidores públicos da UnB, pois possibilita o conhecimento situacional e proporciona a criação de intervenções nas problemáticas encontradas, podendo assim realizar ações de prevenção e promoção da saúde que possam modificar o desenho da tríade trabalho/saúde/doença. Sendo assim, o objetivo do relatório é mapear as licenças médicas para tratamento da própria saúde dos servidores da UnB no ano de 2023, conforme a Classificação Internacional de Doenças e Problemas Relacionados à Saúde (CID-10).

2 MÉTODO

Os dados foram extraídos retrospectivamente do Subsistema Integrado de Atenção à Saúde do Servidor (SIASS), utilizando o perfil de gestor, a partir da homologação dos atestados médicos dos servidores da UnB.

Foram incluídas no relatório somente as licenças dos servidores da UnB para tratamento da própria saúde que homologaram atestado na data do dia 01 de janeiro de 2023 até o dia 31 de dezembro de 2023. Foram excluídas do relatório as licenças relacionadas ao acompanhamento de familiar, de pensionista e dependente e as relacionadas à licença maternidade, que corresponde ao CID-10 O.

O relatório foi dividido em três partes: 1. Cenário geral das licenças na UnB; 2. Licenças de acordo com a CID-10; 3. Licenças por local de trabalho.

O termo CID-10 se refere à Classificação Internacional de Doenças e faz referência à décima versão do documento, e tem o objetivo de padronizar a codificação de doenças e outros problemas relacionados à saúde. A cada condição de saúde é concedida uma categoria singular, a qual corresponde a um código CID 10 (OMS, 2004).

O sistema SIASS possui a limitação de fornecer somente os cem principais resultados no período delimitado da pesquisa. A limitação também se estende às licenças relacionadas à gestação (CID O), pois não é possível selecionar a retirada dessas CID no sistema SIASS para o capítulo do cenário geral. Porém, para fins de análise dos capítulos 2 e 3 não serão considerados.

2.1 Cenário geral das licenças médicas na UnB

Para se obter o número total de servidores licenciados na UnB, a busca das informações sobre o cenário geral das licenças foi realizada selecionando os seguintes filtros na sessão dos afastamentos por CID:

- UF da Unidade do SIASS – Distrito Federal;
- Unidade do SIASS – Universidade de Brasília-Sede;
- Órgão do Servidor – Código 2627-1 (Universidade de Brasília);
- Tipo de periciado – Servidor;
- Período de Conclusão da Perícia – Data (em dias) em que o resultado fosse sempre inferior a 100 até completar o período de um ano de busca;
- Resultados mais Significativos – 100.

Considerando a limitação do SIASS em demonstrar somente os cem principais resultados e para se chegar ao total das licenças, a busca foi realizada inserindo a data em dias no filtro, incluindo o período de conclusão da perícia, de modo que não ultrapassasse o valor final de cem licenças, a fim de se obter todos os dados, já que o sistema não demonstra mais do que cem resultados.

Foi construída uma planilha a fim de compilar as informações encontradas e facilitar a análise posterior com as seguintes variáveis: período de busca; número de licenças médicas; total de dias de licenças e total de servidores.

Na análise dos dados foi utilizado a estatística descritiva em termo de frequência simples. Optou-se por apresentar neste capítulo os vinte primeiros resultados por serem os de maior relevância epidemiológica e ocupacional.

2.2 Licenças para tratamento de saúde de acordo com a CID-10

Para a busca das licenças conforme a CID-10, foram utilizados os seguintes filtros na sessão dos afastamentos por CID:

- UF da Unidade do SIASS – Distrito Federal;
- Unidade do SIASS – Universidade de Brasília- Sede;
- Órgão do Servidor – Código 2627-1 (Universidade de Brasília);
- CID - A-Z (inserção de uma letra por pesquisa);
- Tipo de periciado – Servidor;
- Período de Conclusão da Perícia – 01 de janeiro de 2023 até o dia 31 de dezembro de 2023;
- Resultados mais Significativos – 100.

A cada busca, no filtro CID, a letra era alterada em ordem alfabética até completar o alfabeto. Os resultados foram dispostos por meio de tabelas confeccionadas no sistema SIASS. Foram descritos os dez principais resultados encontrados na pesquisa.

2.3 Licenças para tratamento de saúde por local de trabalho

Na busca das licenças médicas pelo local de trabalho foram utilizados os seguintes filtros disponíveis na sessão por afastamentos por local de trabalho:

- UF da Unidade do SIASS – Distrito Federal;
- Unidade do SIASS – Universidade de Brasília- Sede;

- Órgão do Servidor – Código 2627-1 (Universidade de Brasília);
- Tipo de periciado – Servidor;
- Período de Conclusão da Perícia – 01 de janeiro de 2023 até o dia 31 de dezembro de 2023;
- Resultados mais Significativos – 100.

Após a inserção dos filtros, selecionou-se os locais de trabalho na sequência crescente de apresentação dos resultados a fim de resgatar as informações relativas à CID-10 e aos locais de trabalho. Os resultados foram dispostos por meio de tabelas confeccionadas no sistema SIASS. Foram descritos os dez principais resultados encontrados na pesquisa.

3. CAPÍTULO 1

3.1 Cenário geral das licenças médicas na Universidade de Brasília

No dia 02/06/2023 foi deflagrada greve dos servidores Técnicos administrativos, que perdurou somente até a data de 14/06/2023, não causando grandes alterações na rotina de trabalho, ou seja, diferente das anteriores, não foi marcado por grandes mudanças.

Dentro deste contexto, no período de 01 de janeiro de 2023 a 31 de dezembro de 2023, foram licenciados 2.621 servidores e registadas 2.963 licenças para tratamento de saúde do próprio servidor no âmbito da UnB, totalizado 43.087 dias de licenças no ano de 2023. Essa diferença entre o número de servidores e licenças se deu em virtude de que o mesmo servidor pode ter se ausentado mais de uma vez.

Considerando a Classificação do Código Internacional de Doenças- CID-10, as doenças relacionadas a transtornos mentais e comportamentais (CID-10 F) foram as mais relevantes tanto no número total quanto no tempo de duração em dias das licenças. Na tabela 1, estão descritas todas as licenças, em ordem alfabética, de acordo com o estabelecido na CID-10, do ano de 2023.

Tabela 1- Número total de licenças, duração (em dias) e total de servidores licenciados, em ordem alfabética, conforme a CID-10, no período de 01 de janeiro de 2023 a 31 de dezembro de 2023.

CID-10	Nº total de licenças	Duração (dias)	Nº total de servidores
A	146	505	130
B	77	436	77
C	60	2921	41
D	29	766	28
E	22	381	20
F	516	13016	426
G	70	1056	55
H	134	1214	115
I	67	1222	58
J	408	1621	386
K	186	1570	177
L	31	327	30
M	472	6474	380

N	122	1313	115
O	57	2935	55
P	0	0	0
Q	4	197	4
R	139	780	130
S	177	3850	160
T	25	338	22
U	78	460	78
V	0	0	0
X	1	2	1
W	2	14	2
Y	3	6	3
Z	137	1683	128
TOTAL	2963	43087	2621

Fonte: SIASS, 2024.

A diarreia foi a doença mais frequente entre os servidores da Universidade em número total de licenças. Contudo, observando a Tabela 2, as licenças para tratamento da saúde do próprio servidor estão associadas às doenças que podem ser subdivididas em: infectocontagiosas; que acometem as vias respiratórias; do transtorno do comportamento e mentais e a dor.

Com relação a licença com maior duração em dias, as doenças relacionadas a transtorno do comportamento e mentais foram as mais duradouras, sendo o transtorno misto ansioso e depressivo o mais frequente, com 1.620 dias de duração. Considerando a soma dos dias das doenças que possuem relação ao transtorno de comportamento e mentais, apresentadas pelas CID F (transtorno misto ansioso e depressivo; outros transtornos ansiosos; ansiedade generalizada; episódios depressivos; transtorno ansioso não especificado; transtornos de adaptação; reações ao "stress" grave e transtorno de adaptação), totalizaram 7.538 dias de licenças.

Tabela 2. Descrição das principais doenças, conforme a CID-10, número de licenças, duração (em dias) e total de servidores licenciados, entre 01 de janeiro de 2023 a 31 de dezembro de 2023.

CID-10	Descrição	Nº de licenças	Duração (dias)	Total de servidores
A09	Diarreia e gastroenterite de origem infecciosa presumível	111	272	98
M54.5	Dor lombar baixa	101	563	73
J06.9	Infecção aguda das vias aéreas superiores não especificada	84	253	81
J00	Nasofaringite aguda [resfriado comum]	82	233	72
U07.1	COVID-19, vírus identificado	70	434	70
F41.2	Transtorno misto ansioso e depressivo	65	1620	55
F41	Outros transtornos ansiosos	60	1036	53
F41.1	Ansiedade generalizada	58	1273	46
J01	Sinusite aguda	57	200	54
F32	Episódios depressivos	52	1286	41
F41.9	Transtorno ansioso não especificado	50	994	47
K08.1	Perda de dentes devida a acidente, extração ou a doenças periodontais localizadas	40	174	40
F43.2	Transtornos de adaptação	36	901	25
B34.2	Infecção por coronavírus de localização não especificada	35	209	35
G43	Enxaqueca	34	79	24
M25.5	Dor articular	31	164	29
A90	Dengue [dengue clássico]	28	159	25
J11	Influenza [gripe] devida a vírus não identificado	28	80	27
M54.2	Cervicalgia	25	177	21
F43	Reações ao "stress" grave e transtornos de adaptação.	24	428	22
TOTAL		1071	10535	938

Fonte: SIASS, 2024.

Com relação aos setores, o Hospital Universitário de Brasília foi o que mais obteve licenças, com 214 servidores licenciados, 570 licenças e 6.306 dias de duração, seguido da Faculdade de Medicina, com 35 servidores licenciados, 83 licenças e 1.696 dias de duração. Importante destacar que nesses valores podem estar incluídos a licença maternidade, fato que

pode ter aumentado a quantidade de licenças. Os resultados encontrados estão dispostos na tabela 3.

Tabela 3- Número total de licenças para tratamento de saúde, duração (em dias) e total de servidores licenciados conforme os setores da UnB, no período de 01 de janeiro de 2023 a 31 de dezembro de 2023.

Setor	Nº de licenças	Duração (dias)	Total de Servidores
Hospital Universitário de Brasília	570	6306	214
Faculdade de Medicina	83	1696	35
Instituto de Letras	77	819	26
Faculdade de Ceilândia	71	1445	35
Centro de Educação a Distância	52	534	8
Faculdade de Agronomia e Medicina Veterinária	49	789	21
Rádio e Televisão Universitária	43	580	13
Coordenadoria de Capacitação/PROCAP	42	368	6
Faculdade de Ciências da Saúde	38	811	13
Editora da Universidade de Brasília	36	477	13
Instituto de Geociências	34	562	20
Faculdade de Planaltina	34	827	16
Coordenação de Gestão de Documentos	33	228	8
Coordenação de Segurança	33	570	16
Auditoria	29	81	4
Faculdade de Ciências da Informação	29	294	11
Instituto de Química	27	406	17
Diretoria de Desenvolvimento Social	26	314	9
Faculdade de Educação	26	309	11
Diretoria de Acessibilidade	26	362	9
Total	1358	17778	505

Fonte: SIASS, 2024.

4. CAPÍTULO 2

4.1 Licença para tratamento de saúde de acordo com as doenças da classificação internacional (CID-10)

Neste capítulo, as doenças serão classificadas de acordo com os grupos da CID-10, organizados em ordem alfabética, além da apresentação dos dez principais resultados obtidos na pesquisa sobre licenças médicas relacionadas à saúde do próprio servidor.

4.1.1 GRUPO A00 – B99: ALGUMAS DOENÇAS INFECCIOSAS E PARASITÁRIAS

Este grupo abrange doenças causadas por micro-organismos como vírus, bactérias, protozoários ou fungos, que podem ser adquiridas tanto pelo contato direto com o agente infeccioso quanto pela exposição a água ou alimentos contaminados, vias respiratórias, contato sexual ou ferimentos causados por animais. Em muitos casos, essas doenças também podem ser transmitidas de pessoa para pessoa, sendo então classificadas como doenças infectocontagiosas.

A diarreia e a gastroenterite de origem presumivelmente infecciosa destacaram-se como as doenças mais frequentes entre os servidores, sendo possivelmente associadas a diversos fatores, como alimentação, sinais e sintomas secundários de outras enfermidades, condições ambientais, entre outros. A tabela 4 descreve os resultados obtidos na pesquisa.

Tabela 4 – Número de licenças para tratamento de saúde, duração (em dias) e total de servidores licenciados conforme a CID-10, do grupo A00 – B99, no período de 01 de janeiro de 2023 a 31 de dezembro de 2023.

CID-10	Descrição	Nº de licenças	Duração (dias)	Total de servidores
A09	Diarreia e gastroenterite de origem infecciosa presumível	111	272	98
B34.2	Infecção por coronavírus de localização não especificada	35	209	35
A90	Dengue [dengue clássico]	28	159	25
B34.9	Infecção viral não especificada	19	77	19
B34	Doenças por vírus	8	53	8
B02	Herpes zoster [Zona]	4	36	4
B30	Conjuntivite viral	3	18	3
A46	Erisipela	2	18	2

A74.0	Conjuntivite causada por clamídias	1	6	1
A92	Outras febres virais transmitidas por mosquitos	1	30	1
Total		212	878	196

Fonte: SIASS, 2024.

4.1.2 GRUPO C00 – D 48: NEOPLASIAS

Este grupo abrange as doenças relacionadas a neoplasia, conhecido pelo termo câncer, que se refere ao crescimento anormal de células, formando tumores com características distintas das células presentes no tecido saudável.

As neoplasias mamárias foram as mais frequentes, com o total de 24 licenças. A Tabela 5 apresenta os resultados obtidos na pesquisa.

Tabela 5- Número de licenças para tratamento de saúde, duração (em dias) e total de servidores licenciados conforme a CID-10, do grupo C00 – D 48, no período de 01 de janeiro de 2023 a 31 de dezembro de 2023.

CID-10	Descrição	Nº de licenças	Duração (dias)	Total de servidores
C50.9	Neoplasia maligna da mama, não especificada	14	548	8
C50	Neoplasia maligna da mama	10	620	6
C16	Neoplasia maligna do estômago	6	300	2
C73	Neoplasia maligna da glândula tireoide	6	120	6
C61	Neoplasia maligna da próstata	4	243	4
D25	Leiomioma do útero	4	92	3
C64	Neoplasia maligna do rim, exceto pelve renal	2	9	1
C53	Neoplasia maligna do colo do útero	2	90	1
C56	Neoplasia maligna do ovário	2	300	1
C25	Neoplasia maligna do pâncreas	2	182	1
Total		52	2504	33

Fonte: SIASS, 2024.

4.1.3 GRUPO E00 – E90: DOENÇAS ENDÓCRINAS, NUTRICIONAIS E METABÓLICAS

Este grupo é composto por sistemas de glândulas e órgãos responsáveis pela regulação e controle de diversas funções do organismo, por meio da produção e secreção de hormônios. Quando ocorrem alterações nesses sistemas, importantes modificações podem ser observadas nos níveis de glicemia, colesterol, triglicerídeos, entre outros.

A obesidade foi a doença mais frequente, tanto em termos de quantidade quanto na duração dos casos. A Tabela 6 apresenta os resultados obtidos na pesquisa.

Tabela 6- Número de licenças para tratamento de saúde, duração (em dias) e total de servidores licenciados conforme a CID-10, do grupo E, no período de 01 de janeiro de 2023 a 31 de dezembro de 2023.

CID-10	Descrição	Nº de licenças	Duração (dias)	Total de servidores
E66	Obesidade	5	110	5
E88.1	Lipodistrofia não classificada em outra parte	3	61	3
E04.9	Bócio não-tóxico, não especificado	2	30	1
E05	Tireotoxicose [hipertireoidismo]	2	52	1
E10	Diabetes mellitus insulino-dependente	2	15	2
E11	Diabetes mellitus não-insulino-dependente	2	18	2
E16.1	Outra hipoglicemia	1	1	1
E34	Outros transtornos endócrinos	1	1	1
E66.8	Outra obesidade	1	15	1
E66.9	Obesidade não especificada	1	30	1
Total		20	333	18

Fonte: SIASS, 2024.

4.1.4 GRUPO F00 – F99: TRANSTORNOS MENTAIS E COMPORTAMENTAIS

Este grupo abrange as enfermidades associadas a distúrbios mentais e comportamentais. O transtorno misto ansioso e depressivo foi o mais frequente entre os servidores da Universidade.

Destaca-se que a duração total, em dias, das dez principais doenças apresentadas na Tabela 7 foi significativamente superior às demais categorias de doenças, totalizando 8.916 dias.

Tabela 7- Número de licenças para tratamento de saúde, duração (em dias) e total de servidores licenciados conforme a CID-10, do grupo F, no período de 01 de janeiro de 2023 a 31 de dezembro de 2023.

CID-10	Descrição	Nº de licenças	Duração (dias)	Total de servidores
F41.2	Transtorno misto ansioso e depressivo	65	1620	55
F41	Outros transtornos ansiosos	60	1036	53
F41.1	Ansiedade generalizada	58	1273	46
F32	Episódios depressivos	52	1286	41
F41.9	Transtorno ansioso não especificado	50	994	47
F43.2	Transtornos de adaptação	36	901	25
F43	Reação aguda ao "stress" grave e transtornos de adaptação	24	428	22
F43.0	Reação aguda ao "stress"	18	387	13
F32.2	Episódio depressivo grave sem sintomas psicóticos	18	532	17
F33.1	Transtorno depressivo recorrente, episódio atual moderado	14	459	11
Total		395	8916	330

Fonte: SIASS, 2024.

4.1.5 GRUPO G 00 – G99: DOENÇAS DO SISTEMA NERVOSO

O sistema nervoso é dividido em duas partes: central e periférico. O sistema nervoso central é composto pelo encéfalo e pela medula espinhal, enquanto o sistema nervoso periférico inclui os nervos e gânglios. Devido à ampla gama de funções que esse sistema desempenha no corpo, suas manifestações podem ocorrer de várias maneiras.

A enxaqueca, conforme apresentado na Tabela 8, foi a condição mais destacada, resultando em 46 licenças.

Tabela 8- Número de licenças para tratamento de saúde, duração (em dias) e total de servidores licenciados conforme a CID-10, do grupo G, no período de 01 de janeiro de 2023 a 31 de dezembro de 2023.

CID-10	Descrição	Nº de licenças	Duração (dias)	Total de servidores
G43	Enxaqueca	34	79	24
G43.3	Enxaqueca complicada	6	16	3
G43.9	Enxaqueca, sem especificação	6	18	6
G56	Mononeuropatias dos membros superiores	4	27	4

G56.0	Síndrome do túnel do carpo	2	12	2
G90.4	Disreflexia autonômica	2	270	1
G47	Distúrbios do sono	2	42	2
G30.0	Doença de Alzheimer de início precoce	2	194	1
G35	Esclerose múltipla	2	241	2
G40	Epilepsia	1	14	1
Total		61	913	46

Fonte: SIASS, 2024.

4.1.6 GRUPO H00 – H95: DOENÇAS DO OLHO E ANEXOS, OUVIDO E DA APÓFISE MASTOIDE

Este grupo inclui doenças relacionadas aos olhos e seus anexos, bem como ao ouvido e à apófise mastoide (osso situado atrás da orelha). A conjuntivite foi a condição mais frequente, resultando em 18 licenças, conforme detalhado na Tabela 9 abaixo.

Tabela 9- Número de licenças para tratamento de saúde, duração (em dias) e total de servidores licenciados conforme a CID-10, do grupo H, no período de 01 de janeiro de 2023 a 31 de dezembro de 2023.

CID-10	Descrição	Nº de licenças	Duração (dias)	Total de servidores
H10	Conjuntivite	18	93	17
H16	Ceratite	17	74	5
H10.3	Conjuntivite aguda não especificada	5	18	5
H00	Hordéolo e calázio	5	11	5
H02.4	Ptose da pálpebra	5	79	5
H18.6	Ceratocone	5	63	2
H52	Transtornos da refração e da acomodação	5	16	5
H66.9	Otite média não especificada	4	7	4
H35.3	Degeneração da mácula e do polo posterior	4	77	2
H02	Outros transtornos da pálpebra	4	34	4
Total		72	472	54

Fonte: SIASS, 2024.

4.1.7 GRUPO I00 – I 99: DOENÇAS DO APARELHO CIRCULATORIO

O aparelho circulatório é responsável pelo transporte de sangue, oxigênio e nutrientes por todo o corpo humano. Ele é constituído pelo coração e pelos vasos sanguíneos, que incluem veias, artérias e capilares.

A hipertensão foi a condição mais prevalente entre os servidores, resultando em 12 licenças. Os resultados da pesquisa estão apresentados na Tabela 12.

Tabela 10- Número de licenças para tratamento de saúde, duração (em dias) e total de servidores licenciados conforme a CID-10, do grupo I, no período de 01 de janeiro de 2023 a 31 de dezembro de 2023.

CID-10	Descrição	Nº de licenças	Duração (dias)	Total de servidores
I10	Hipertensão essencial (primária)	12	73	10
I83.9	Varizes dos membros inferiores sem úlcera ou inflamação	7	99	7
I84	Hemorroidas	4	55	4
I74	Embolia e trombose arteriais	4	209	2
I67.1	Aneurisma cerebral não-roto	3	92	2
I20.9	Angina pectoris, não especificada	3	43	2
I50	Insuficiência cardíaca	2	69	2
I64	Acidente vascular cerebral, não especificado como hemorrágico ou isquêmico	2	23	1
I80.2	Flebite e tromboflebite de outros vasos profundos dos membros inferiores	2	37	1
I84.2	Hemorroidas internas sem complicações	2	3	2
Total		41	703	33

Fonte: SIASS, 2024.

4.1.8 GRUPO J 00 – J 99: DOENÇAS DO APARELHO RESPIRATORIO

O sistema respiratório é constituído principalmente pelos pulmões e pelos seguintes órgãos: cavidade nasal, faringe, laringe, traqueia e brônquios, que têm a função de transportar oxigênio até as células.

A infecção aguda das vias aéreas superiores não especificada foi a condição mais

frequente, resultando em 84 licenças e uma duração total de 235 dias. Os resultados encontrados estão exemplificados na Tabela 11.

Tabela 11- Número de licenças para tratamento de saúde, duração (em dias) e total de servidores licenciados conforme a CID-10, do grupo J, no período de 01 de janeiro de 2023 a 31 de dezembro de 2023.

CID-10	Descrição	Nº de licenças	Duração (dias)	Total de servidores
J06.9	Infecção aguda das vias aéreas superiores não especificada	84	253	81
J00	Nasofaringite aguda [resfriado comum]	82	233	72
J01	Sinusite aguda	57	200	54
J11	Influenza [gripe] devida a vírus não identificado	28	80	27
J70.9	Afecções respiratórias devidas a agentes externos não especificados	24	83	23
J01.9	Sinusite aguda não especificada	17	64	17
J03	Amigdalite aguda	15	42	14
J03.9	Amigdalite aguda não especificada	11	34	9
J06	Infecções agudas das vias aéreas superiores de localizações múltiplas e não especificadas	10	32	10
J18	Pneumonia por microorganismo não especificada	7	59	6
Total		335	1080	313

Fonte: SIASS, 2024.

4.1.9 GRUPO K00 – K 93: DOENÇAS DO APARELHO DIGESTIVO

O aparelho digestivo é responsável por processar os alimentos que ingerimos, facilitando a absorção dos nutrientes e a eliminação de materiais não utilizados pelo corpo. Sua extensão vai da boca ao ânus.

A perda de dentes, resultante de acidentes, extrações ou doenças periodontais localizadas, foi a condição mais frequente, com 40 licenças. Os resultados encontrados na pesquisa estão descritos na Tabela 12.

Tabela 12- Número de licenças para tratamento de saúde, duração (em dias) e total de servidores licenciados conforme a CID-10, do grupo K, no período de 01 de janeiro de 2023 a 31 de dezembro de 2023.

CID-10	Descrição	Nº de licenças	Duração (dias)	Total de servidores
K08.1	Perda de dentes devida a acidente, extração ou a doenças periodontais localizadas	40	174	40
K80	Colelitíase	11	156	11
K30	Dispepsia	10	15	9
K04.0	Pulpite	9	17	9
K29	Gastrite e duodenite	7	8	6
K80.2	Calculose da vesícula biliar sem colecistite	6	146	5
K21	Doença de refluxo gastroesofágico	5	20	5
K07.1	Anomalias da relação entre a mandíbula com a base do crânio	4	100	3
K01.1	Dentes impactados	4	17	3
K29.7	Gastrite não especificada	4	12	4
Total		100	665	95

Fonte: SIASS, 2024.

4.1.10 GRUPO L00 – L 99: DOENÇA DA PELE E DO TECIDO SUBCUTÂNEO

Este grupo abrange doenças relacionadas à pele e ao tecido subcutâneo. A celulite em outras partes dos membros foi a condição mais frequente, resultando em 2 licenças. Os resultados da pesquisa estão descritos na Tabela 13.

Tabela 13- Número de licenças para tratamento de saúde, duração (em dias) e total de servidores licenciados conforme a CID-10, do grupo L, no período de 01 de janeiro de 2023 a 31 de dezembro de 2023.

CID-10	Descrição	Nº de licenças	Duração (dias)	Total de servidores
L03.1	Celulite de outras partes do(s) membro(s)	2	45	2
L03.9	Celulite não especificada	2	11	2
L02.4	Abscesso cutâneo, furúnculo e antraz do(s) membro(s)	2	5	1
L02	Abscesso cutâneo	2	8	2
L97	Úlcera dos membros inferiores não classificada em outra parte	2	70	2
L98	Outras afecções da pele e do tecido subcutâneo	1	4	1

	não classificadas em outra parte			
L02.0	Abscesso cutâneo, furúnculo e antraz da face	1	3	1
L02.8	Abscesso cutâneo, furúnculo e antraz de outras localizações	1	7	1
L02.9	Abscesso cutâneo, furúnculo e antraz de localização não especificada	1	4	1
L03	Celulite (Flegmão)	1	11	1
Total		15	168	14

Fonte: SIASS, 2024.

4.1.11 GRUPO M 00 – M 99: DOENÇAS DO SISTEMA OSTEOMUSCULAR E DO TECIDO CONJUNTIVO

Este grupo abrange enfermidades relacionadas a todo o sistema musculoesquelético, incluindo ossos, músculos, tendões, ligamentos, articulações, cartilagem e outros tecidos conjuntivos do corpo.

A dor foi a condição mais frequente entre os servidores da Universidade, conforme descrito na Tabela 14 abaixo.

Tabela 14- Número de licenças para tratamento de saúde, duração (em dias) e total de servidores licenciados conforme a CID-10, do grupo M, no período de 01 de janeiro de 2023 a 31 de dezembro de 2023.

CID-10	Descrição	Nº de licenças	Duração (dias)	Total de servidores
M54.5	Dor lombar baixa	101	563	73
M25.5	Dor articular	31	164	29
M54.2	Cervicalgia	25	177	21
M54.4	Lumbago com ciática	20	333	18
M79.7	Fibromialgia	19	209	9
M75.1	Síndrome do manguito rotador	15	628	10
M54	Dorsalgia	15	147	13
M51.1	Transtornos de discos lombares e de outros discos intervertebrais com radiculopatia	15	354	9
M65.8	Outras sinovites e tenossinovites	13	130	10
M54.1	Radiculopatia	11	369	7
Total		265	3074	199

Fonte: SIASS, 2024.

4.1.12 GRUPO N 00 – N 99: DOENÇAS DO SISTEMA GENITURINÁRIO

O sistema engloba os rins, os ureteres, a bexiga e a uretra. Os transtornos do trato urinário foram a condição mais frequente, resultando em 12 licenças. Os resultados da pesquisa estão apresentados na Tabela 15.

Tabela 15- Número de licenças para tratamento de saúde, duração (em dias) e total de servidores licenciados conforme a CID-10, do grupo N, no período de 01 de janeiro de 2023 a 31 de dezembro de 2023.

CID-10	Descrição	Nº de licenças	Duração (dias)	Total de servidores
N39	Outros transtornos do trato urinário	12	38	11
N80	Endometriose	9	103	8
N39.0	Infecção do trato urinário de localização não especificada	8	19	8
N30.0	Cistite aguda	8	14	8
N30	Cistite	6	11	6
N20	Calculose do rim e do ureter	6	84	6
N63	Nódulo mamário não especificado	6	119	6
N20.1	Calculose do ureter	4	27	4
N18	Insuficiência renal crônica	3	7	1
N23	Cólica nefrética não especificada	3	38	3
Total		65	460	61

Fonte: SIASS, 2024.

4.1.13 GRUPO R00 – R99: SINTOMAS, SINAIS E ACHADOS ANORMAIS DE EXAMES CLÍNICOS E DE LABORATÓRIO NÃO CLASSIFICADOS EM OUTRA PARTE

Este grupo corresponde às enfermidades associadas a exames laboratoriais e a outros achados clínicos anormais. Essas condições podem incluir uma ampla gama de problemas de saúde, que vão desde desequilíbrios bioquímicos até anormalidades hematológicas e resultados de imagem que indicam patologias subjacentes. Os resultados encontrados na pesquisa estão apresentados na Tabela 16.

Tabela 16- Número de licenças para tratamento de saúde, duração (em dias) e total de servidores licenciados conforme a CID-10, do grupo R, no período de 01 de janeiro de 2023 a 31 de dezembro de 2023.

CID-10	Descrição	Nº de licenças	Duração (dias)	Total de servidores
R51	Cefaleia	19	50	18
R11	Náusea e vômitos	17	72	16
R53	Mal-estar, fadiga	15	37	14
R10	Dor abdominal e pélvica	14	43	14
R42	Tontura e instabilidade	12	118	10
R10.4	Outras dores abdominais e as não especificadas	9	14	9
R10.2	Dor pélvica e perineal	7	30	6
R52.2	Outra dor crônica	6	21	4
R07.0	Dor de garganta	4	6	4
R05	Tosse	3	6	3
Total		106	397	95

Fonte: SIASS, 2024.

4.1.14 GRUPO S e T: LESÕES, ENVENENAMENTO E ALGUMAS OUTRAS CONSEQUÊNCIAS EXTERNAS

Este grupo abrange as enfermidades relacionadas a lesões, como traumatismos, queimaduras, perfurações, geladuras, entre outras, bem como a envenenamentos e intoxicações.

A entorse e a distensão do tornozelo foram as condições mais frequentes, resultando em 24 servidores licenciados. Os resultados encontrados na pesquisa estão apresentados na Tabela 17.

Tabela 17- Número de licenças para tratamento de saúde, duração (em dias) e total de servidores licenciados conforme a CID-10, do grupo S e T, no período de 01 de janeiro de 2023 a 31 de dezembro de 2023.

CID-10	Descrição	Nº de licenças	Duração (dias)	Total de servidores
S93.4	Entorse e distensão do tornozelo	24	178	20
S92.3	Fratura de ossos do metatarso	10	317	10
T78.4	Alergia não especificada	9	15	6
S92.5	Fratura de outro artelho	6	103	6
S90	Traumatismo superficial do tornozelo e do pé	6	113	6
S93.2	Ruptura de ligamentos ao nível do tornozelo e	6	77	6

	do pé			
S92	Fratura do pé (exceto do tornozelo)	5	170	4
S80.0	Contusão do joelho	5	39	4
S82	Fratura da perna	5	188	1
S52.5	Fratura da extremidade distal do rádio	5	208	4
Total		81	1408	67

Fonte: SIASS, 2024.

4.1.15 GRUPO U – CÓDIGOS PARA PROPÓSITOS ESPECIAIS

Neste grupo, a pesquisa revelou um total de 534 licenças em 2022. Em contraste, no ano de 2023, foram registradas apenas 78 licenças, conforme descrito na Tabela 18. Essa diferença significativa sugere uma redução notável nas ocorrências da doença infecciosa causada pelo coronavírus da síndrome respiratória aguda grave 2 (SARS-CoV-2).

Tabela 18- Número de licenças para tratamento de saúde, duração (em dias) e total de servidores licenciados conforme a CID-10, do grupo U, no período de 01 de janeiro de 2023 a 31 de dezembro de 2023.

CID-10	Descrição	Nº de licenças	Duração (dias)	Total de servidores
U07.1	COVID-19, vírus identificado	70	434	70
U07.2	COVID-19, vírus não identificado	8	26	8
Total		78	460	78

Fonte: SIASS, 2024.

4.1.16 GRUPO V, W, X, Y– CAUSAS EXTERNAS DE MORBIDADE E MORTALIDADE

Este grupo abrange as enfermidades relacionadas a lesões, incluindo acidentes de transporte, quedas, agressões e complicações médicas, entre outros. Os resultados encontrados na pesquisa estão apresentados na Tabela 19.

Tabela 19- Número de licenças para tratamento de saúde, duração (em dias) e total de servidores licenciados conforme a CID-10, do grupo V, W, X, Y no período de 01 de janeiro de 2023 a 31 de dezembro de 2023.

CID-10	Descrição	Nº de licenças	Duração (dias)	Total de servidores
W54	Mordedura ou golpe provocado por cão	1	7	1
W55	Mordedura ou golpe provocado por outros animais mamíferos	1	7	1
X90	Agressão por meio de produtos químicos e substâncias nocivas não especificados	1	2	1
Y57	Efeitos adversos de outras drogas e medicamentos e as não especificadas	1	3	1
Y59	Efeitos adversos de outras vacinas e substâncias biológicas e as não especificadas	1	2	1
Y59.9	Efeitos adversos de vacina ou substância biológica, não especificada	1	1	1
Total		6	22	6

Fonte: SIASS, 2024.

4.1.17 GRUPO Z – FATORES QUE INFLUENCIAM O ESTADO DE SAÚDE E CONTATO COM SERVIÇOS DE SAÚDE

Este grupo abrange as enfermidades relacionadas a fatores que influenciam o estado de saúde e o acesso aos serviços de saúde, como a busca por exames, investigações e cuidados de saúde, além de potenciais riscos à saúde do indivíduo, entre outros. Os resultados encontrados na pesquisa estão apresentados na Tabela 20.

Tabela 20- Número de licenças para tratamento de saúde, duração (em dias) e total de servidores licenciados conforme a CID-10, do grupo Z, no período de 01 de janeiro de 2023 a 31 de dezembro de 2023.

CID-10	Descrição	Nº de licenças	Duração (dias)	Total de servidores
Z54.0	Convalescença após cirurgia	17	309	16
Z96.5	Presença de raiz dentária e implantes mandibulares	12	54	9
Z54	Convalescença	11	192	11
Z01.4	Exame ginecológico (geral) (de rotina)	9	12	9
Z12.1	Exame especial de rastreamento de neoplasia do trato intestinal	9	14	9
Z01.0	Exame dos olhos e da visão	7	9	7

Z98	Outros estados pós-cirúrgicos	7	116	5
Z30.2	Esterilização	5	35	5
Z01.8	Outros exames especiais especificados	4	5	4
Z73.0	Esgotamento	4	144	4
Total		85	890	79

Fonte: SIASS, 2024.

5 CAPÍTULO 3

5.1 Licenças para tratamento de saúde por local de trabalho

Este capítulo trará uma apresentação dos vinte locais de trabalho mapeados no cenário geral. Também serão abordadas as dez principais doenças registradas, de acordo com a Classificação Internacional de Doenças (CID-10), levando em consideração o ambiente de trabalho dos servidores. Importante destacar que, neste relatório, o termo “local de trabalho” é compreendido de maneira abrangente, incluindo tanto os espaços físicos quanto setores, departamentos e postos de atuação.

5.1.1 HOSPITAL UNIVERSITÁRIO DE BRASÍLIA

O Hospital Universitário de Brasília (HUB), que funciona como órgão complementar da Universidade de Brasília, foi o primeiro local com mais afastamento por licenças médicas. A dor destacou-se como uma das principais causas de afastamento entre os servidores, resultando em um total de 45 licenças. Os resultados detalhados estão apresentados na Tabela 21.

Tabela 21- Número de servidores licenciados no Hospital Universitário de Brasília, conforme a CID-10, no período de 01 de janeiro de 2023 a 31 de dezembro de 2023.

CID-10	Descrição	Nº total de servidores
M54.5	Dor lombar baixa	23
A09	Diarreia e gastroenterite de origem infecciosa presumível	16
J00	Nasofaringite aguda [resfriado comum]	14
F41	Outros transtornos ansiosos	13
J06.9	Infecção aguda das vias aéreas superiores não especificada	12
U07.1	COVID-19, vírus identificado	12

K08.1	Perda de dentes devida a acidente, extração ou a doenças periodontais localizadas	11
M54.2	Cervicalgia	11
M25.5	Dor articular	11
F41.2	Transtorno misto ansioso e depressivo	11
Total		134

Fonte: SIASS, 2024.

5.1.2 FACULDADE DE MEDICINA

A Faculdade de Medicina (FM) foi o segundo local com mais afastamento identificado na pesquisa. Entre os motivos de afastamento no setor, os transtornos ansiosos destacaram-se como a principal causa, sendo esta condição responsável pelo maior número de licenças médicas. Os resultados foram descritos na tabela 22.

Tabela 22- Número de servidores licenciados da Faculdade de Medicina, conforme a CID-10, no período de 01 de janeiro de 2023 a 31 de dezembro de 2023.

CID-10	Descrição	Nº total de servidores
F41	Outros transtornos ansiosos	5
A09	Diarreia e gastroenterite de origem infecciosa presumível	3
C50	Neoplasia maligna da mama	2
D25	Leiomioma do útero	2
F41.2	Transtorno misto ansioso e depressivo	2
F43.0	Reação aguda ao "stress"	2
F43.2	Transtornos de adaptação	2
F32	Episódios depressivos	2
J00	Nasofaringite aguda [resfriado comum]	2
J01	Sinusite aguda	2
Total		24

Fonte: SIASS, 2024.

5.1.3 INSTITUTO DE LETRAS

O terceiro setor com maior número de afastamentos por licenças médicas, identificado na pesquisa, foi o Instituto de Letras. As causas psicológicas foram as mais frequentes entre os afastamentos, conforme detalhado na Tabela 23 abaixo.

Tabela 23- Número de servidores licenciados do Instituto de Letras, conforme a CID-10, no período de 01 de janeiro de 2023 a 31 de dezembro de 2023.

CID-10	Descrição	Nº Total de servidores
F41.2	Transtorno misto ansioso e depressivo	6
F32	Episódios depressivos	3
J03.9	Amigdalite aguda não especificada	3
J06.9	Infecção aguda das vias aéreas superiores não especificada	3
K08.1	Perda de dentes devida a acidente, extração ou a doenças periodontais localizadas	2
M54.5	Dor lombar baixa	2
F41	Outros transtornos ansiosos	2
A09	Diarreia e gastroenterite de origem infecciosa presumível	2
J00	Nasofaringite aguda [resfriado comum]	2
G43	Enxaqueca	2
Total		27

Fonte: SIASS, 2024.

5.1.4 FACULDADE DE CEILÂNDIA

A Faculdade de Ceilândia foi o quarto setor com maior número de afastamentos por licenças médicas, conforme identificado na pesquisa. Os transtornos de origem psicológica foram os mais frequentes, como detalhado na Tabela 24 abaixo.

Tabela 24- Número de servidores licenciados da Faculdade de Ceilândia, conforme a CID-10, no período de 01 de janeiro de 2023 a 31 de dezembro de 2023.

CID-10	Descrição	Nº Total de servidores
F32	Episódios depressivos	6
U07.1	COVID-19, vírus identificado	4
F41.1	Ansiedade generalizada	3
F41.9	Transtorno ansioso não especificado	3

F41.2	Transtorno misto ansioso e depressivo	2
I20.9	Angina pectoris, não especificada	2
I67.1	Aneurisma cerebral não-roto	2
M54.5	Dor lombar baixa	2
G43.9	Enxaqueca, sem especificação	2
R51	Cefaleia	2
Total		28

Fonte: SIASS, 2024.

5.1.5 CENTRO DE EDUCAÇÃO A DISTÂNCIA

O quinto setor com maior número de afastamentos por licença médica foi o Centro de Educação a Distância. As doenças oftalmológicas foram as mais frequentes, conforme indicado na Tabela 25.

Tabela 25- Número de servidores licenciados do Centro de Educação à Distância, conforme a CID-10, no período de 01 de janeiro de 2023 a 31 de dezembro de 2023.

CID-10	Descrição	Nº Total de servidores
H16	Ceratite	13
H18.6	Ceratocone	4
A09	Diarreia e gastroenterite de origem infecciosa presumível	3
F43.2	Transtornos de adaptação	3
M79.7	Fibromialgia	2
F33	Transtorno depressivo recorrente	2
F41	Outros transtornos ansiosos	2
F41.1	Ansiedade generalizada	1
F41.2	Transtorno misto ansioso e depressivo	1
F43	Reações ao “stress” grave e transtornos de adaptação	1
Total		32

Fonte: SIASS, 2024.

5.1.6 FACULDADE DE AGRONOMIA E MEDICINA VETERINÁRIA

A Faculdade de Agronomia e Medicina Veterinária foi o sexto setor com maior número de afastamentos por licenças médicas. A principal causa foi a dor, conforme indicado na Tabela 26.

Tabela 26- Número de servidores licenciados da Faculdade de Agronomia e Medicina Veterinária, conforme a CID-10, no período de 01 de janeiro de 2023 a 31 de dezembro de 2023.

CID-10	Descrição	Nº Total de servidores
M54.5	Dor lombar baixa	4
M79.6	Dor em membro	3
M79.7	Fibromialgia	3
A09	Diarreia e gastroenterite de origem infecciosa presumível	3
F41.2	Transtorno misto ansioso e depressivo	2
H10	Conjuntivite	2
J01	Sinusite aguda	2
M51.1	Transtornos de discos lombares e de outros discos intervertebrais com radiculopatia	2
S52.5	Fratura da extremidade distal do rádio	2
S80.0	Contusão do joelho	2
Total		25

Fonte: SIASS, 2024.

5.1.7 RÁDIO E TELEVISÃO UNIVERSITÁRIA

O sétimo setor com maior número de afastamentos por licença médica, conforme identificado na pesquisa, foi o de Rádio e Televisão Universitária. As principais doenças responsáveis pelos afastamentos estão descritas na Tabela 27.

Tabela 27- Número de servidores licenciados da Rádio e Televisão Universitária, conforme a CID-10, no período de 01 de janeiro de 2023 a 31 de dezembro de 2023.

CID-10	Descrição	Nº Total de servidores
F41.2	Transtorno misto ansioso e depressivo	4
J06.9	Infecção aguda das vias aéreas superiores não especificada	4
S93.4	Entorse e distensão do tornozelo	4
U07.1	COVID-19, vírus identificado	2
J70.9	Afecções respiratórias devidas a agentes externos não especificados	2
R10.2	Dor pélvica e perineal	2
R10.4	Outras dores abdominais e as não especificadas	2
R42	Tontura e instabilidade	2
S40.9	Traumatismo superficial não especificado do ombro e do braço	1

S61.0	Ferimento de dedo(s) sem lesão da unha	1
Total		

Fonte: SIASS, 2024.

5.1.8 COORDENADORIA DE CAPACITAÇÃO

A Coordenadoria de Capacitação (PROCAP) foi o oitavo setor com maior número de afastamentos identificados na pesquisa. As principais doenças responsáveis estão descritas na Tabela 28.

Tabela 28- Número de servidores licenciados da Coordenadoria de Capacitação, conforme a CID-10, no período de 01 de janeiro de 2023 a 31 de dezembro de 2023.

CID-10	Descrição	Nº Total de servidores
M70.6	Bursite trocantérica	4
M54.5	Dor lombar baixa	3
G43	Enxaqueca	3
R52.2	Outra dor crônica	3
M79.7	Fibromialgia	3
F41.1	Ansiedade generalizada	2
F41.9	Transtorno ansioso não especificado	1
F43	Reações ao "stress" grave e transtornos de adaptação	1
F60	Transtornos específicos da personalidade	1
A09	Diarreia e gastroenterite de origem infecciosa presumível	1
Total		22

Fonte: SIASS, 2024.

5.1.9 FACULDADE DE CIÊNCIAS DA SAÚDE

O nono setor com maior número de afastamentos por licença médica foi a Faculdade de Ciências da Saúde. As doenças relacionadas as vias respiratórias foram as mais frequentes, conforme indicado na Tabela 29.

Tabela 29- Número de servidores licenciados da Faculdade de Ciências da Saúde, conforme a CID-10, no período de 01 de janeiro de 2023 a 31 de dezembro de 2023.

CID-10	Descrição	Nº Total de servidores
J06.9	Infecção aguda das vias aéreas superiores não especificada	3
J11	Influenza [gripe] devida a vírus não identificado	2
F43.2	Transtornos de adaptação	2
M65.8	Outras sinovites e tenossinovites	2
C50	Neoplasia maligna da mama	2
C56	Neoplasia maligna do ovário	2
M79.1	Mialgia	2
M79.7	Fibromialgia	2
N39	Outros transtornos do trato urinário	1
R53	Mal-estar, fadiga	1
Total		19

Fonte: SIASS, 2024.

5.1.10 EDITORA DA UNIVERSIDADE DE BRASÍLIA

A editora da Universidade de Brasília foi o décimo setor com maior afastamento por licenças médicas. As principais doenças identificadas na pesquisa estão descritas na Tabela 30.

Tabela 30- Número de servidores licenciados da Editora da Universidade de Brasília, conforme a CID-10, no período de 01 de janeiro de 2023 a 31 de dezembro de 2023.

CID-10	Descrição	Nº Total de servidores
F41.1	Ansiedade generalizada	5
J00	Nasofaringite aguda [resfriado comum]	3
J01	Sinusite aguda	3
F41.9	Transtorno ansioso não especificado	2
J11	Influenza [gripe] devida a vírus não identificado	2
A09	Diarreia e gastroenterite de origem infecciosa presumível	2
S93.4	Entorse e distensão do tornozelo	2
Z30.2	Esterilização	1
F41	Outros transtornos ansiosos	1

J34.2	Desvio do septo nasal	1
Total		22

Fonte: SIASS, 2024.

5.1.11 INSTITUTO DE GEOCIÊNCIAS

O décimo primeiro setor com maior número de afastamento identificado na pesquisa foi o Instituto de Geociência. As principais causas foram descritas na Tabela 31.

Tabela 31- Número de servidores licenciados do Instituto de Geociências, conforme a CID-10, no período de 01 de janeiro de 2023 a 31 de dezembro de 2023.

CID-10	Descrição	Nº Total de servidores
M54.5	Dor lombar baixa	3
M53.3	Transtornos sacrococáceos não classificados em outra parte	2
I64	Acidente vascular cerebral, não especificado como hemorrágico ou isquêmico	2
R13	Disfagia	2
R50.9	Febre não especificada	1
S60.7	Traumatismos superficiais múltiplos do punho e da mão	1
S93.4	Entorse e distensão do tornozelo	1
T14.1	Ferimento de região não especificada do corpo	1
U07.1	COVID-19, vírus identificado	1
Z01.4	Exame ginecológico (geral) (de rotina)	1
Total		15

Fonte: SIASS, 2024.

5.1.12 FACULDADE DE PLANALTINA

A Faculdade de Planaltina foi o décimo segundo setor com maior número de afastamento identificado na pesquisa. As principais causas foram descritas na Tabela 32.

Tabela 32- Número de servidores licenciados da Faculdade de Planaltina, conforme a CID-10, no período de 01 de janeiro de 2023 a 31 de dezembro de 2023.

CID-10	Descrição	Nº Total de servidores
Z95	Presença de implantes e enxertos cardíacos e vasculares	3
F43	Reações ao "stress" grave e transtornos de adaptação	2
I10	Hipertensão essencial (primária)	2
J06.9	Infecção aguda das vias aéreas superiores não especificada	2
K07.1	Anomalias da relação entre a mandíbula com a base do crânio	2
M24.4	Deslocamento e subluxação de articulação recidivantes	1
M62.6	Distensão muscular	1
M66.4	Ruptura espontânea de outros tendões	1
M75.1	Síndrome do manguito rotador	1
N04.0	Síndrome nefrótica - anormalidade glomerular minor	1
Total		16

Fonte: SIASS, 2024.

5.1.13 COORDENAÇÃO DE GESTÃO DE DOCUMENTOS

A Coordenação de Gestão de Documentos foi o décimo terceiro setor com maior afastamento por licenças médicas. As principais doenças identificadas na pesquisa estão descritas na Tabela 33.

Tabela 33- Número de servidores licenciados da Coordenação de Gestão de documentos, conforme a CID-10, no período de 01 de janeiro de 2023 a 31 de dezembro de 2023.

CID-10	Descrição	Nº Total de servidores
M54.5	Dor lombar baixa	5
G43	Enxaqueca	4
F43	Reações ao "stress" grave e transtornos de adaptação	2
A09	Diarreia e gastroenterite de origem infecciosa presumível	2
C34	Neoplasia maligna dos brônquios e dos pulmões	2
F31	Transtorno afetivo bipolar	2
J03.0	Amigdalite estreptocócica	2
J06.9	Infecção aguda das vias aéreas superiores não especificada	2
J11.8	Influenza [gripe] com outras manifestações, devida a vírus não	1

	identificado	
J35.0	Amigdalite crônica	1
Total		23

Fonte: SIASS, 2024.

5.1.14 COORDENAÇÃO DE SEGURANÇA

O décimo quarto setor com o maior número de afastamentos por licenças médicas foi a Coordenação de Segurança. As principais doenças identificadas na pesquisa estão descritas na Tabela 34.

Tabela 34- Número de servidores licenciados da Coordenação de Segurança, conforme a CID-10, no período de 01 de janeiro de 2023 a 31 de dezembro de 2023.

CID-10	Descrição	Nº Total de servidores
H40	Glaucoma	2
K08.1	Perda de dentes devida a acidente, extração ou a doenças periodontais localizadas	2
M23.9	Transtorno interno não especificado do joelho	2
M25.5	Dor articular	2
I97	Úlcera dos membros inferiores não classificada em outra parte	2
M54.1	Radiculopatia	2
M77.5	Outra entesopatia do pé	2
N41	Doenças inflamatórias da próstata	1
S42.2	Fratura da extremidade superior do úmero	1
S60	Traumatismo superficial do punho e da mão	1
Total		17

Fonte: SIASS, 2024.

5.1.15 AUDITORIA

A Auditoria foi o décimo quinto setor com o maior número de afastamentos por licenças médicas identificados na pesquisa. As principais doenças causadoras pelos afastamentos foram descritas na Tabela 35.

Tabela 35- Número de servidores licenciados da Auditoria, conforme a CID-10, no período de 01 de janeiro de 2023 a 31 de dezembro de 2023.

CID-10	Descrição	Nº Total de servidores
M79.7	Fibromialgia	5
N80	Endometriose	3
J00	Nasofaringite aguda [resfriado comum]	2
M79.1	Mialgia	2
J01.9	Sinusite aguda não especificada	1
J03.9	Amigdalite aguda não especificada	1
M54	Dorsalgia	1
A09	Diarreia e gastroenterite de origem infecciosa presumível	1
F41	Outros transtornos ansiosos	1
F43.2	Transtornos de adaptação	1
Total		18

Fonte: SIASS, 2024.

5.1.16 FACULDADE DE CIÊNCIAS DA INFORMAÇÃO

A Faculdade de Ciências da Informação foi o décimo sexto setor com o maior número de afastamentos por licenças médicas identificado na pesquisa. As principais doenças causadoras pelos afastamentos foram descritas na Tabela 36.

Tabela 36- Número de servidores licenciados da Faculdade de Ciências da Informação, conforme a CID-10, no período de 01 de janeiro de 2023 a 31 de dezembro de 2023.

CID-10	Descrição	Nº Total de servidores
J01	Sinusite aguda	3
M54.5	Dor lombar baixa	3
F33.1	Transtorno depressivo recorrente, episódio atual moderado	2
H04.1	Outros transtornos da glândula lacrimal	1
H10.3	Conjuntivite aguda não especificada	1
I10	Hipertensão essencial (primária)	1
J00	Nasofaringite aguda [resfriado comum]	1
J45	Asma	1

J45.9	Asma não especificada	1
J70.9	Afecções respiratórias devidas a agentes externos não especificados	1
Total		15

Fonte: SIASS, 2024.

5.1.17 INSTITUTO DE QUÍMICA

O décimo sétimo setor com maior número de afastamentos por licença médica foi o Instituto de Química. As doenças causadoras mais frequentes estão indicadas na Tabela 37.

Tabela 37- Número de servidores licenciados do Instituto de Química, conforme a CID-10, no período de 01 de janeiro de 2023 a 31 de dezembro de 2023.

CID-10	Descrição	Nº Total de servidores
F41	Outros transtornos ansiosos	2
F43.8	Outras reações ao "stress" grave	2
J34.2	Desvio do septo nasal	2
J45.0	Asma predominantemente alérgica	1
K07.1	Anomalias da relação entre a mandíbula com a base do crânio	1
M54.5	Dor lombar baixa	1
N81.3	Prolapso uterovaginal completo	1
R11	Náusea e vômitos	1
R52.0	Dor aguda	1
R56.8	Outras convulsões e as não especificadas	1
Total		13

Fonte: SIASS, 2024.

5.1.18 DIRETORIA DE DESENVOLVIMENTO SOCIAL

A Diretoria de Desenvolvimento Social (DDS), foi o décimo oitavo local com mais afastamento por licenças médicas. Os transtornos psicológicos destacaram-se como uma das principais causas de afastamento entre os servidores. Os resultados detalhados estão apresentados na Tabela 38.

Tabela 38- Número de servidores licenciados da Diretoria de Desenvolvimento Social, conforme a CID-10, no período de 01 de janeiro de 2023 a 31 de dezembro de 2023.

CID-10	Descrição	Nº Total de servidores
F33	Transtorno depressivo recorrente	3
F41.2	Transtorno misto ansioso e depressivo	2
G25.0	Tremor essencial	1
G43	Enxaqueca	1
J01	Sinusite aguda	1
J01.0	Sinusite maxilar aguda	1
J01.9	Sinusite aguda não especificada	1
J06.9	Infecção aguda das vias aéreas superiores não especificada	1
K29	Gastrite e duodenite	1
M17	Gonartrose [artrose do joelho]	1
Total		13

Fonte: SIASS, 2024.

5.1.19 FACULDADE DE EDUCAÇÃO

A Faculdade de Educação foi o décimo nono local com mais afastamento por licenças médicas. Os resultados detalhados estão apresentados na Tabela 39.

Tabela 39- Número de servidores licenciados da Faculdade de Educação, conforme a CID-10, no período de 01 de janeiro de 2023 a 31 de dezembro de 2023.

CID-10	Descrição	Nº Total de servidores
F32	Episódios depressivos	5
A09	Diarreia e gastroenterite de origem infecciosa presumível	2
B34.2	Infecção por coronavírus de localização não especificada	2
R10.4	Outras dores abdominais e as não especificadas	2
S83.5	Entorse e distensão envolvendo ligamento cruzado (anterior) (posterior) do joelho	2
U07.1	COVID-19, vírus identificado	1
Z54.0	Convalescença após cirurgia	1

R51	Cefaleia	1
E11	Diabetes mellitus não-insulino-dependente	1
F41	Outros transtornos ansiosos	1
Total		18

Fonte: SIASS, 2024.

5.1.20 DIRETORIA DE ACESSIBILIDADE

A Diretoria de Acessibilidade foi o vigésimo local com mais afastamento por licenças médicas. Os transtornos psicológicos e neoplasias destacaram-se como uma das principais causas de afastamento entre os servidores. Os resultados detalhados estão apresentados na Tabela 40.

Tabela 40- Número de servidores licenciados da Diretoria de Acessibilidade, conforme a CID-10, no período de 01 de janeiro de 2023 a 31 de dezembro de 2023.

CID-10	Descrição	Nº Total de servidores
C50.9	Neoplasia maligna da mama, não especificada	3
F32.3	Episódio depressivo grave com sintomas psicóticos	2
R10	Dor abdominal e pélvica	1
R11	Náusea e vômitos	1
R53	Mal-estar, fadiga	1
W54	Mordedura ou golpe provocado por cão	1
Z34	Supervisão de gravidez normal	1
Z34.9	Supervisão de gravidez normal, não especificada	1
F41.1	Ansiedade generalizada	1
F41.2	Transtorno misto ansioso e depressivo	1
Total		13

Fonte: SIASS, 2024.

6 CONCLUSÃO

Na avaliação geral do mapeamento das incapacidades temporárias que afetaram os servidores da UnB, observou-se que a diarreia foi a doença com maior frequência, contudo ela pode estar associada a vários fatores como estresse, doenças infecciosas ou também como causa secundária de outras doenças. A dor e doenças que acometem as vias respiratórias, como resfriados comuns, também tiveram uma alta frequência.

Com relação a licença com maior duração em dias, as doenças relacionadas a transtorno do comportamento e mentais foram as mais duradouras, totalizando 13.016 dias de duração das licenças.

Pode-se observar que o Hospital Universitário de Brasília novamente foi o setor com mais registros de licenças para tratamento de saúde, comparando aos relatórios dos anos anteriores.

O levantamento das incapacidades temporárias para o trabalho trouxe informações e insumos valiosos para futuras intervenções. No entanto, é importante considerar que essas incapacidades podem estar relacionadas a fatores diversos, além das causas laborais, o que torna necessária uma análise mais aprofundada sobre as causas e os contextos em que elas ocorrem.

A consolidação dos dados de licenças médicas para tratamento da própria saúde dos servidores públicos da UnB proporcionou uma visão situacional da saúde no ambiente de trabalho. Esses dados poderão contribuir para o desenvolvimento de estudos mais detalhados e para intervenções voltadas à promoção da saúde e prevenção de doenças, além de orientar os gestores locais na implementação de melhorias nos ambientes de trabalho.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ALMEIDA, Bonomini Fogaça, SILVEIRA, Maria Soares, TREVISAN E. C., Cruz R. L., & Moraes, R. (2021). Perícia psicológica administrativa da saúde do servidor público. **Trabalho (En)Cena**. Disponível em: <file:///C:/Users/03638704157/Downloads/thamyypinheiro,+08.+Per%C3%Adcia+psicol%C3%B3gica+administrativa+da+sa%C3%Bade+do+servidor+p%C3%Bablico.pdf>. Acesso em: 28/03/2023.

BRASIL. **Decreto nº 6.833, de 29 de abril de 2009**. Institui o Subsistema Integrado de Atenção à Saúde do Servidor Público Federal- SIASS e o Comitê Gestor de Atenção à Saúde do Servidor. Brasília, DF: Diário Oficial da União, 2009.

KLEIN, Leander Luiz; PEREIRA, Breno Augusto Diniz; LEMOS, Ricardo B. Quality of working life: parameters and evaluation in the public service. **Rev. Adm. Mackenzie**. 20, (3), 2019. Disponível em:<<https://doi.org/10.1590/1678-6971/eRAMG190134>>. Acesso em: 28 de março de 2023.

MINISTÉRIO DO PLANEJAMENTO, DESENVOLVIMENTO E GESTÃO. Subsistema Integrado de Atenção à Saúde do Servidor. Disponível em: <https://www2.siapenet.gov.br/saude/portal/public/index.xhtml>. Acesso em: março de 2023.

UNIVERSIDADE DE BRASÍLIA. Reitoria. Disponível em: <http://unbimagens.unb.br/index.php/espacos-unb/campus-darcy-ribeiro/category/32-reitoria>. Acesso em: 11 nov. 2024.

**Orientações de prevenção e promoção da saúde
para minimizar as incapacidades temporárias para
o trabalho no ano de 2023**





Apresentação

Mapear as doenças e agravos que afetam a saúde dos trabalhadores é fundamental para a promoção de um ambiente de trabalho mais seguro e saudável. Esse mapeamento desempenha um papel crucial na prevenção, gestão e minimização dos riscos ocupacionais, com benefícios tanto para os trabalhadores quanto para a instituição.

A incapacidade temporária para o trabalho pode ocorrer por diversos motivos, sendo as causas mais comuns, doenças e condições de saúde que exigem afastamento temporário para tratamento e recuperação. Foi evidenciado neste relatório algumas causas mais frequentes de incapacidade temporária, como: as doenças relacionadas a transtornos mentais e comportamentais, lesões de ordem musculoesqueléticas, doenças do aparelho respiratório, doenças cardiovasculares e doenças infectocontagiosas.

Considerando que a Coordenadoria de Saúde Ocupacional valoriza a promoção da saúde e a prevenção de problemas de saúde entre os servidores da Universidade de Brasília, apresentamos a seguir algumas intervenções para enfrentar as questões identificadas, visando assegurar um retorno saudável ao ambiente de trabalho e reduzir o impacto dessas condições.



1. Doenças relacionadas a transtornos mentais e comportamentais

A ansiedade, a depressão e o estresse estão entre as causas mais comuns de afastamento do trabalho, exigindo assim uma abordagem holística que envolva tanto estratégias no ambiente de trabalho quanto no estilo de vida geral. É essencial que o trabalhador procure apoio psicológico e siga o tratamento recomendado, além de buscar formas de equilíbrio entre a vida pessoal e profissional. Algumas ações e práticas que os trabalhadores podem adotar para reduzir esses distúrbios:

✓ Gerenciamento do estresse

- Técnicas de relaxamento: práticas como a meditação, respiração profunda, mindfulness e yoga ajudam a reduzir a tensão acumulada ao longo do dia;
- Pausas regulares: fazer intervalos curtos ao longo do dia de trabalho é essencial para evitar sobrecarga mental. Levantar-se da cadeira, alongar o corpo ou dar uma caminhada rápida podem fazer uma grande diferença;
- Definir limites: aprender a administrar o tempo, as tarefas e delegar atividades é crucial para evitar sobrecarga de trabalho e a sensação de que se está sempre “atrasado” ou “em falta”.

✓ Gerenciamento da ansiedade

- Organização e planejamento: a ansiedade muitas vezes surge da falta de controle sobre as tarefas. Usar ferramentas de gestão de tempo e planejamento, como listas de tarefas e calendários, pode ajudar a ter um senso de controle sobre o dia;
- Evitar multitarefa: realizar uma tarefa de cada vez e dar total atenção ao momento presente pode reduzir a sensação de sobrecarga e melhorar a concentração;



- Buscar apoio: conversar com colegas de trabalho ou supervisores sobre dificuldades ou preocupações pode aliviar a carga emocional. Ter um apoio social dentro ou fora do trabalho é um fator importante na gestão da ansiedade.

✓ Prevenção e enfrentamento da depressão

- Estabelecer uma rotina saudável: uma rotina estruturada que inclua sono adequado, alimentação balanceada e exercícios físicos regulares pode ajudar a melhorar o humor e aumentar a energia;
- Atividades prazerosas: incluir atividades de lazer ou hobbies fora do trabalho é importante para garantir que o indivíduo tenha tempo para relaxar e se desconectar das demandas profissionais;
- Buscar ajuda profissional: se os sintomas de depressão persistirem ou piorarem, procurar ajuda de um psicólogo ou psiquiatra pode ser fundamental. Terapias como a cognitivo-comportamental (TCC) são eficazes para lidar com questões de depressão e ansiedade.

✓ Promoção de um ambiente de trabalho saudável

- Comunicação aberta e transparente: estimular um ambiente onde os colaboradores se sintam seguros para expressar suas preocupações pode ajudar a reduzir o estresse e a ansiedade, além de prevenir o burnout;
- Feedback construtivo e reconhecimento: o reconhecimento do trabalho realizado e a oferta de feedback positivo podem aumentar o senso de autoestima e satisfação com o trabalho, contribuindo para a prevenção de distúrbios psicológicos;
- Equilíbrio entre vida profissional e pessoal: manter um equilíbrio saudável entre as demandas do trabalho e a vida pessoal, sem sacrificar uma pela outra, é fundamental. Para isso, muitos trabalhadores optam por estabelecer horários rígidos para entrar e sair do



trabalho, para garantir tempo para descanso e lazer.

✓ Exercício físico e saúde mental

- Exercícios regulares: o exercício físico não só melhora a saúde geral, mas também libera endorfinas, que ajudam a combater o estresse e melhorar o humor;
- Atividades ao ar livre: passar tempo na natureza, como caminhadas ou passeios, pode ser extremamente benéfico para reduzir o estresse e melhorar a clareza mental.

✓ Educação e conscientização

- Desenvolver a inteligência emocional: aprender a identificar e gerenciar emoções de forma eficaz pode reduzir o impacto do estresse e da ansiedade. Treinamentos sobre inteligência emocional podem ser úteis para melhorar a comunicação e o autocontrole no ambiente de trabalho;
- Buscar informações: saber mais sobre as causas e sintomas do estresse, da ansiedade e da depressão pode ajudar a lidar melhor com essas questões.

✓ Práticas preventivas

- Autocuidado: incorporar hábitos diários de autocuidado, como descanso adequado, alimentação saudável e momentos de lazer, pode ajudar a prevenir o desenvolvimento de distúrbios psicológicos;
- Autoconhecimento: reconhecer os próprios limites e sinais de estresse ou cansaço mental pode permitir que o trabalhador tome medidas proativas antes que o problema se agrave.

2. Lesões de ordem musculoesqueléticas

Entre as causas mais frequentes de incapacidade temporária estão às ligadas a dor em regiões da coluna, articulações e musculares. Essas condições podem ocorrer por esforço físico excessivo, quedas ou má postura. É fundamental seguir orientações médicas sobre repouso, fisioterapia e práticas de ergonomia. Além disso, para diminuir as lesões musculoesqueléticas no ambiente de trabalho, os trabalhadores podem adotar várias estratégias focadas em prevenir o surgimento de problemas e promover a saúde do sistema musculoesquelético. Algumas das principais ações que os trabalhadores podem tomar incluem:

✓ Manter a postura correta

- Ergonomia: ajustar a estação de trabalho (cadeira, mesa, computador) para garantir que a postura seja adequada. O monitor deve estar à altura dos olhos, e a cadeira deve oferecer suporte adequado a lombar;
- Evitar posições viciosas: sentar-se com a coluna reta, os pés apoiados no chão, e os cotovelos em ângulo de 90 graus pode ajudar a prevenir lesões.

✓ Realizar pausas e movimentação

- ✓ Pausas ativas: realizar pausas curtas, a cada 30 a 60 minutos, para se levantar, alongar e mover o corpo;
- ✓ Alongamentos e movimentos: realizar alongamentos regulares para reduzir a rigidez muscular, especialmente para áreas que ficam mais sobrecarregadas, como pescoço, costas e ombros.

✓ Utilizar Equipamentos de Proteção e ferramentas adequadas

- Ferramentas ergonômicas: usar ferramentas e equipamentos que minimizem o esforço físico, como cadeiras com apoio lombar, teclados e mouses ergonômicos, e calçados apropriados;
- Proteção contra sobrecarga: para tarefas que exigem levantamento de cargas, utilizar cintos de suporte ou outros dispositivos de proteção.

✓ Técnicas de levantamento de peso

- Levantamento adequado: ao levantar objetos pesados, usar as pernas e não a coluna. Agachar-se com os joelhos e manter a carga próxima ao corpo evita sobrecarga na coluna e nos músculos das costas.

✓ Fortalecimento muscular

- Exercícios de fortalecimento: a prática regular de exercícios físicos que fortaleçam a musculatura (principalmente abdominal, lombar e das pernas) pode ajudar a prevenir lesões, ao melhorar a estabilidade e o suporte para as articulações e a coluna.

✓ Atenção ao ambiente de trabalho

- Iluminação adequada: evitar a iluminação inadequada, que pode forçar a visão e levar a tensões musculares;
- Temperatura confortável: evitar ambientes muito frios ou muito quentes, que podem prejudicar a circulação sanguínea e aumentar a tensão muscular.



✓ Evitar movimentos repetitivos

- Variar as atividades: se possível, alternar tarefas para evitar o esforço contínuo de determinados músculos ou articulações, especialmente em trabalhos repetitivos;
- Ergonomia dinâmica: ajustar a altura e o ângulo de trabalho frequentemente para não forçar as mesmas partes do corpo por longos períodos.

✓ Atenção a sintomas iniciais

- Identificar sinais precoces: dor, cansaço muscular, rigidez ou desconforto são sinais de alerta de que algo não está correto. Nesse caso, é importante interromper a atividade e procurar orientação para evitar agravamento.

✓ Educação e conscientização

- Treinamento em ergonomia: participar de programas de treinamento e orientação sobre postura correta, levantamento adequado e boas práticas no ambiente de trabalho;
- Autocuidado: aprender sobre a importância do autocuidado e da prevenção das lesões musculoesqueléticas pode fazer uma grande diferença na saúde do trabalhador.

✓ Consultas médicas e fisioterapêuticas

- Prevenção e acompanhamento: consultar profissionais de saúde, como médicos e fisioterapeutas, pode ajudar a identificar e corrigir desequilíbrios musculares ou posturais antes que se tornem lesões graves.



Com o intuito de chamar a atenção para algumas adaptações que podem ser feitas para que seja preservada a integridade física e psicológica dos trabalhadores que estão participando do Programa de Gestão e Desempenho (PGD) da Universidade de Brasília, está disponível no site do DGP a cartilha sobre Saúde e Ergonomia. Para saber mais, acesse: https://pgd.unb.br/images/manuais/trabalho_remoto_saudavel_1_0.pdf

3. Doenças do aparelho respiratório

Para diminuir as doenças do aparelho respiratório nos trabalhadores, é fundamental adotar um conjunto de medidas preventivas tanto no ambiente de trabalho quanto na conscientização e cuidados individuais. Abaixo estão algumas das principais ações que podem ser tomadas para reduzir os riscos de doenças respiratórias entre os trabalhadores:

- ✓ Melhorar as condições ambientais de trabalho
 - Ventilação adequada e monitoramento do ar: garantir que o ambiente de trabalho tenha ventilação suficiente para evitar o acúmulo de poluentes no ar, como poeira, vapores tóxicos e gases. Além disso, é importante realizar o monitoramento constante da qualidade do ar nos ambientes de trabalho, mantendo a limpeza dos ventiladores e/ou filtros de ar-condicionados.

- ✓ Uso de Equipamentos de Proteção Individual (EPIs)
 - Máscaras respiratórias: dependendo da natureza da exposição, é importante que os trabalhadores utilizem máscaras respiratórias adequadas, como as PFF2 ou N95, para filtrar partículas finas, vapores tóxicos ou agentes patológicos;
 - Proteção auditiva, ocular e corporal: além das máscaras, os trabalhadores devem usar os EPIs corretamente e garantir que eles estejam em boas condições, como óculos de proteção, luvas, roupas impermeáveis, entre outros.

✓ Monitoramento e exames médicos regulares

- Exames médicos: realizar os exames médicos periodicamente, como espirometrias e avaliações clínicas, para detectar precocemente problemas respiratórios, como asma, bronquite crônica ou pneumoconiose.

✓ Condutas de higiene e cuidados pessoais

- Higiene Pessoal: adotar hábitos de higiene adequados, como lavar as mãos frequentemente, evitar tocar o rosto com as mãos sujas, e cuidar da limpeza de roupas de trabalho.

✓ Ações de prevenção de doenças infectocontagiosas

- Vacinação contra doenças respiratórias: a vacinação contra doenças respiratórias, como a gripe e pneumonia, pode ajudar a reduzir o risco de doenças respiratórias agudas nos trabalhadores.

4. Doenças Cardiovasculares

Segundo observado no capítulo 2 do Relatório Epidemiológico do ano de 2023, entres as doenças do aparelho circulatório, a hipertensão foi a condição mais prevalente entre os servidores. Por sua vez, entre as doenças endócrinas, nutricionais e metabólicas, a obesidade foi a doença mais frequente, tanto em termos de quantidade quanto na duração dos casos. A obesidade é um dos principais fatores de risco para o desenvolvimento de doenças cardiovasculares.

A redução das doenças cardiovasculares entre os trabalhadores envolve uma abordagem multifacetada, que inclui mudanças nos hábitos de vida, melhorias no ambiente de trabalho e promoção da saúde. Aqui estão algumas estratégias eficazes:

✓ Promoção de estilo de vida saudável

- Alimentação saudável: manter o consumo de alimentação balanceada com ênfase em frutas, vegetais, grãos integrais, fontes de proteína magra (como peixes e legumes) e redução de alimentos ricos em gorduras saturadas, sal e açúcares, a fim de manter um peso saudável e prevenir a obesidade, que é um fator de risco importante para doenças cardiovasculares;
- Exercícios físicos: praticar regularmente atividade física, como caminhada, yoga ou exercícios leves.

✓ Ambiente de trabalho saudável

- Redução do estresse ocupacional: o estresse crônico é um fator de risco significativo para doenças cardiovasculares. Implementar práticas de gestão do estresse, como a prática de mindfulness, meditação, apoio psicológico, pode ajudar a reduzir a pressão mental;
- Ergonomia e saúde física: melhorias nas condições de trabalho, com foco na ergonomia, para evitar sobrecarga física, como lesões ou dores crônicas, que podem aumentar o estresse e a pressão arterial;
- Promoção da saúde mental: garantir que os trabalhadores tenham acesso a apoio psicológico e programas de bem-estar mental, como terapia, aconselhamento, e atividades que promovam o equilíbrio entre vida profissional e pessoal.

✓ Orientação, monitoramento e conscientização

- Campanha de saúde institucional: a Coordenadoria de Saúde Ocupacional realiza a Campanha de saúde intitulada “Universidade Nossa, Bem-estar de todos”, oferecendo de forma itinerante o monitoramento da pressão arterial, níveis de colesterol total, triglicérides e glicemia para os servidores bem como avaliação nutricional e exercícios de alongamento. Essa prática permite identificar precocemente problemas de saúde e tomar medidas preventivas. Além disso, orientamos sobre os riscos das doenças cardiovasculares e a importância de hábitos saudáveis, com informações claras sobre como os trabalhadores podem reduzir seu risco pessoal, e promovemos a conscientização sobre a diminuição de fatores de risco, como o tabagismo, o consumo excessivo de álcool e o sedentarismo.

5. Infecções e Doenças Infectocontagiosas

Além das já mencionadas doenças respiratórias, outras infecções, como as gastrointestinais, também podem causar períodos de afastamento. Manter hábitos de higiene adequados e realizar check-up regulares pode ajudar na detecção precoce, no tratamento adequado e na diminuição dos impactos das doenças infecciosas em trabalhadores. A seguir, algumas estratégias importantes para prevenir e controlar doenças infecciosas entre trabalhadores:

✓ Promoção de higiene e limpeza

- Higiene das mãos: lavar as mãos regular, especialmente antes de refeições, após o uso de banheiro ou ao entrar em áreas de trabalho compartilhadas. Instalar dispensadores de álcool em gel em pontos estratégicos;
- Limpeza de superfícies: superfícies comuns, como teclados, mesas, e interruptores de luz, devem ser desinfetadas frequentemente;

- Uso de equipamentos de proteção individual (EPIs): quando necessário, distribuir e orientar sobre o uso de EPIs adequados (máscaras, luvas, aventais), especialmente em ambientes de risco (como o Hospital Universitário de Brasília).
- ✓ Vacinação
- Campanhas de vacinação: manter a vacinação atualizada contra doenças como gripe, hepatite B, tétano, entre outras, com foco nos trabalhadores que estão mais expostos a riscos específicos.
- ✓ Monitoramento de saúde
- Exames periódicos: realizar exames regulares de saúde para monitorar possíveis infecções e condições preexistentes, além de garantir que os trabalhadores estejam aptos para suas funções.
- ✓ Ambiente de trabalho seguro
- Ventilação adequada: manter os ambientes de trabalho bem ventilados, especialmente em espaços fechados, para reduzir a transmissão de doenças respiratórias;
 - Distanciamento social (quando necessário): em situações de surtos, como a pandemia de COVID-19, adotar práticas de distanciamento social ou modificar turnos de trabalho para reduzir o número de pessoas no mesmo local.
- ✓ Promoção do bem-estar geral
- Saúde mental e física: praticar atividades que promovam o bem-estar, como exercícios físicos e alimentação saudável, já que a saúde geral do trabalhador influencia diretamente sua resistência a infecções;

- Redução de estresse: ambientes de trabalho estressantes podem enfraquecer o sistema imunológico, tornando os trabalhadores mais suscetíveis a infecções.

Diretoria de Saúde e Segurança e Ocupacional- DSO
Coordenadoria de Saúde Ocupacional- CSO
E-mail: dgpcso@unb.br
Rede social: [@dgp_cso_unb](#)

