

43ª PREMIAÇÃO ABRH-RJ PRÊMIO SER HUMANO ABRH-RJ EDIÇÃO 2023

**CASE: SAÚDE + VOCÊ, NA PREVENÇÃO
AO BURNOUT**



CATEGORIA: CASE ORGANIZACIONAL - GRANDE ORGANIZAÇÃO
Modalidade Excelência Organizacional

INFORMAÇÕES DA ORGANIZAÇÃO

Razão Social: Volkswagen Caminhões e Ônibus.

Ramo de Atividade: Fabricação de Caminhões e Ônibus

Ano de Fundação: 1996

Endereço: Rua Volkswagen, nº100 – Polo Industrial – Resende/RJ – CEP: 27.537-803

Responsável pela Inscrição: Ledjane Aparecida Vidal Araújo

Função: Supervisora de Saúde, Segurança e Cultura

Número de Funcionários VWCO: 1.233

Descrição da Atividade: A Volkswagen Caminhões e Ônibus (VWCO) é fabricante dos veículos comerciais (caminhões e ônibus), cujo objetivo é transformar o sistema de transporte através de produtos, serviços e da parceria com seus clientes.

A empresa adota um sistema revolucionário na indústria mundial: o Consórcio Modular, em que oito empresas parceiras dividem a responsabilidade de manufatura com a Volkswagen Caminhões e Ônibus. São elas: Maxion (montagem de chassi), Meritor (eixos e suspensão metálica), Suspensys (suspensão pneumática), Powertrain (motores); Aethra (armação da cabine), Carese (pintura), Kroschu (acabamento de cabine) e Moura (bateria elétrica). Cabe à VWCO o controle de qualidade e o desenvolvimento do produto, tendo sempre como objetivo a satisfação do cliente.

Volkswagen Caminhões e Ônibus oferece soluções completas de mobilidade para o transporte de cargas e de passageiros em mais de 30 países. Desenvolve, produz e comercializa caminhões e ônibus, além de contar com uma gama completa de serviços e pós-vendas.

SAÚDE + VOCÊ, NA PREVENÇÃO AO BURNOUT

RESUMO

O PROGRAMA SAÚDE + VOCÊ, NA PREVENÇÃO AO BURNOUT, tem como objetivo garantir e manter um ambiente de trabalho psicologicamente seguro, saudável e acolhedor. Com esse propósito, a Volkswagen Caminhões e Ônibus promoveu ações para preparar os gestores para um maior entendimento sobre como cuidar melhor de suas equipes, oferecendo ferramentas para a prevenção ao *Burnout* e promoção de uma melhor qualidade de vida para todos os colaboradores. E como consequência, manter a excelência do clima organizacional.

O programa, que visa uma maior conscientização dos colaboradores sobre o autocuidado, foi criado em 2022 com o propósito de ajudar na prevenção das doenças psicossociais, incluindo a Síndrome de *Burnout*.

A fim de entender melhor sobre a doença, a VWCO iniciou o projeto com uma palestra de conscientização e preparação dos gestores, com informações sobre como cuidar do ambiente de trabalho e da saúde emocional dos nossos colaboradores, além de fazer um mapeamento sobre as doenças psicológicas, assédio moral, assédio sexual e segurança psicológica.

Para que o programa tivesse a abrangência necessária, a iniciativa foi dividida em fases de implementação, difundindo de forma ampla todos os aspectos e ações implementadas, que vão além das ações de conscientização, mapeamento e diagnóstico, terapias, rodas de conversas, cursos e ações motivacionais e de qualidade de vida.

INTRODUÇÃO

Conforme divulgado pela *International Stress Management Association* em 2021, o Brasil é o segundo país com maior número de pessoas afetadas pela síndrome de *Burnout*, pelo alto nível de estresse. De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS), a ocorrência de casos de ansiedade e depressão aumentou em 25% no primeiro ano da pandemia. Ainda, de acordo com a organização, o Brasil é o primeiro país em casos de ansiedade e quinto em casos de depressão e mostra ainda que, a cada 10 trabalhadores, 9 sofrem com algum tipo de doença emocional.

Esses dados são alarmantes e comprovam que é preciso estar atento à saúde emocional dos colaboradores, para evitar que essas estatísticas se estabeleçam dentro da organização. Considerando também que em 1º de janeiro de 2022 a OMS classificou a síndrome de *Burnout* como doença ocupacional, onde entrou na lista da décima primeira e última revisão da Classificação Internacional de Doenças (CID-11).

A Volkswagen Caminhões e Ônibus se preocupa diariamente em manter o equilíbrio emocional de todos os colaboradores e familiares e, com o objetivo de manter um ambiente de trabalho saudável e seguro, promove ações para a melhoria da qualidade de vida, além de manter a excelência do clima organizacional.

Para alcançar esses objetivos, foi criado o PROGRAMA SAÚDE + VOCÊ, NA PREVENÇÃO AO BURNOUT, que visa prevenir as doenças psicossociais, porém com um foco especial na Síndrome de *Burnout*, tornando o ambiente de trabalho mais sadio e acolhedor. Para tal fim, foram realizadas diversas ações para o envolvimento dos gestores e colaboradores. Foi realizado um mapeamento e diagnóstico, para o melhor entendimento sobre as doenças de fundo psicológico e assim preparar os gestores para um maior entendimento sobre como cuidar melhor de suas equipes, oferecendo ferramentas para prevenção ao *Burnout*, mantendo a excelência do clima organizacional e uma melhor qualidade de vida de todos. Além disso, conscientizar os colaboradores sobre o autocuidado, a fim de prevenir as doenças psicossociais e *Burnout*, com rodas de conversas, debates, palestras e entrega de livros sobre o tema. Além da oferta à todos os colaboradores de opções de apoio para o autoconhecimento, que é a base para o equilíbrio emocional, por meio de terapias *online*.

Em 2021, 13% dos colaboradores mantinham-se em acompanhamento psiquiátrico, com algum tipo de doença psicológica. Após implantação do programa, que tem o objetivo de prevenir doenças psicológicas, com uso de ferramentas específicas, como exemplo a plataforma de terapia *online* e cursos de gestão da saúde mental, debates, palestras, campanhas e orientações direcionadas, reduzimos o absenteísmo. Além da mudança de cultura e fortalecimento da segurança psicológica com atuação da gestão para manter a excelência do clima organizacional, com várias ações de acolhimento e qualidade de vida, confirmados pelo resultado da pesquisa de clima pela GPTW de 96% de satisfação dos colaboradores.

DESENVOLVIMENTO

Para criar um ambiente seguro e disruptivo, a VWCO iniciou o projeto com palestras de conscientização e preparação dos gestores, com informações sobre como cuidar do ambiente de trabalho e da saúde mental dos colaboradores, além de fazer um mapeamento sobre as doenças psicológicas.

Para que o programa tivesse a abrangência necessária, a iniciativa foi pensada e criada para atuar em dois pilares importantes, prevendo ações para o bem-estar físico e psicossocial, sendo dividido em fases específicas para cada etapa, conforme segue:

1ª FASE: Preparação da liderança

Na primeira fase do programa foi realizada a preparação dos gestores. Para isso, foi contratado um médico psiquiatra, advogado e autor de livros, para orientar os gestores sobre o *Burnout* e como cuidar melhor de suas equipes. A fim de garantir que o nivelamento necessário entre os gestores e a conscientização fosse entendida para ser aplicada e vivenciada no dia-a-dia, o consultor especialista foi fundamental. Além disso, visando garantir mais conhecimento, o livro “O que ninguém te contou sobre o Burnout: Aspectos Práticos e Polêmicos”, foi entregue para cada gestor. O livro tem 90 perguntas e respostas sobre a síndrome, para intensificar o melhor entendimento de todos, além de ser um importante material de consulta na abordagem sobre o tema.

2ª FASE: Foco nos colaboradores

Uma consultoria especializada foi contratada para realizar a conscientização de prevenção ao *Burnout* com todos os colaboradores, através de palestras presenciais e remotas, dinâmicas, debates e informativos sobre o tema.

3ª FASE: Mapeamento e diagnóstico

O programa traz novas ações para contribuir com o bem-estar dos colaboradores, evitando que possíveis ocorrências cheguem aos estágios extremos das doenças. Todos (colaboradores e familiares) têm direito à saúde, sendo assim, foi realizado o mapeamento com diagnóstico, por uma consultoria especialista em saúde mental, para identificar assédio moral e sexual, estresse, exaustão, depressão, despersonalização, baixa realização e *Burnout*, além de avaliar a segurança psicológica nos fatores: pertencimento, suporte, equidade, autonomia e saúde mental.

4ª FASE: Análise dos resultados

Os resultados foram analisados criteriosamente através gráficos demográficos (por gênero, níveis hierárquico, local de trabalho, diretoria) pela equipe médica da empresa, que identificou os pontos críticos para acompanhamento de psicólogos e participação de grupos focais, para alinhamento e ajuste de conduta.

5ª FASE: Grupos focais

Após análise crítica dos dados, os colaboradores são selecionados para participarem dos grupos para debates, orientações e acompanhamentos. Nos grupos focais são debatidos os temas críticos e a busca das soluções.

6ª FASE: Terapia online

A empresa contratou um serviço de terapia *online*, que foram disponibilizados através de um aplicativo para que os colaboradores e seus familiares pudessem realizá-la. No aplicativo, os colaboradores respondem ao teste DASS-2 para identificar o perfil psicológico e verificar os graus de ansiedade, estresse e depressão dos participantes do



programa. Após o teste, o resultado apresenta os termômetros emocionais e indica o nível de emoção em que cada usuário está, podendo variar entre baixo, médio ou alto risco. Com essa informação, o colaborador recebe a recomendação da quantidade de sessões de terapia que deve participar para a realização do tratamento. As sessões com os psicólogos de suporte à saúde emocional são realizadas pelo aplicativo, de forma virtual e prática. Além da terapia, os colaboradores também podem conversar com os psicólogos através de mensagens de texto ilimitadas. A plataforma também oferece exercícios de meditação, respiração e debates, que ficam disponíveis diariamente para os participantes.

7ª FASE: Encaminhamento psicológico presencial

Caso a equipe médica identifique casos mais graves de desequilíbrio emocional, o colaborador é direcionado para ajuda psicológica ou psiquiátrica presencial com acompanhamento da assistência social e equipe médica da empresa.

8ª FASE: Curso de auto-conhecimento

Foi disponibilizado um curso *e-learning*, que contribui com o autoconhecimento dos colaboradores, auxiliando com técnicas de prevenção a doenças psicológicas. Para ajudar no aumento da consciência de cada colaborador, foi disponibilizado também um curso *e-learning*, com o tema “Gerenciamento do Estresse e da Síndrome de *Burnout*”, a fim de contribuir com o autoconhecimento. O curso conta com cinco etapas, e disponibilizado na plataforma da empresa especializada. O material conta com esclarecimentos sobre o que é o estresse, como o estresse afeta o nosso organismo, fases e causas do estresse e sintomas. Também conta com um módulo sobre o *Burnout*, com os temas de identificação dos agentes estressores, o que é a síndrome, como identificar, como lidar com o estresse e evitar essa síndrome, como a resiliência pode ajudar, o que é antifragilidade, inteligência emocional enquanto recurso para lidar com o estresse, e por último, implementando mudanças em minha gestão. Além disso, através da plataforma é possível acompanhar a evolução de estudo de cada colaborador.

9ª FASE: Ações de qualidade de vida e integração com família

Para um perfeito equilíbrio emocional é primordial ter também cuidados com o corpo, como a realização de atividades físicas e a alimentação saudável, ter uma vida pessoal e social em equilíbrio. Além disso, a empresa oferece convênios e benefícios corporativos com academias credenciadas, para estimular os colaboradores na prática de atividades físicas. São mais de oito mil academias e estúdios, contando com mais de 250 modalidades de treino. São oferecidos seis tipos de planos que o colaborador pode escolher de acordo com a sua rotina e a sua necessidade. Os planos são estendidos aos familiares dependentes do colaborador, com preços acessíveis.

Também, foi realizada a primeira edição de corrida e caminhada em torno da fábrica para colaboradores e familiares, como um grande incentivo para iniciar a rotina de prática de atividade física, com acompanhamento da equipe médica.

Além do incentivo a prática de esportes, são realizadas palestras para prática de boa alimentação com colaboradores e famílias.

A fim de promover atividades para integração e engajamento com a família, proporcionando momentos únicos ao lado dos familiares, são realizadas ações que proporcionam momentos de descontração e aproximação com a família, assim acreditamos que estamos contribuindo com a saúde mental de nossos colaboradores e de suas famílias.



Caminhões
Ônibus

Além disso, em datas comemorativas são divulgadas dicas de brincadeiras de criança para promover atividades lúdicas entre pais e filhos e sugestão de filmes para assistir com a família. Essas ações têm como objetivo estreitar os laços entre colaboradores e familiares, mostrando que a família é uma base forte para o equilíbrio emocional.

Outra ação que visa deixar o dia de trabalho dos colaboradores mais leve é o Open House, um programa onde a Empresa abre as suas portas para receber os familiares dos colaboradores, para que possam conhecer de perto o seu local de trabalho e participar de um almoço saboroso. Também temos eventos temáticos com participação da família, um dia dedicado aos pets, e um programa onde o colaborador pode levar o filho para o trabalho por um dia, isso contribui para a saúde mental dos colaboradores e proporciona maior segurança psicológica dos filhos.

RESULTADOS

O PROGRAMA SAÚDE + VOCÊ, NA PREVENÇÃO AO BURNOUT atua na prevenção, disponibilizando ferramentas e ações para que os colaboradores e seus familiares possam ter uma vida mais leve e saudável, auxiliando na atuação de forma antecipada das causas de doenças psicológicas. A iniciativa motiva à práticas saudáveis no dia a dia, tanto para o corpo quanto para a mente, levando a resultados importantes.

Essas práticas e ações conseguiram contribuir para o aumento da satisfação dos nossos colaboradores em relação ao trabalho executado e ao ambiente em que estão inseridos. Esses resultados são demonstrados através de duas pesquisas de clima, com 96% de satisfação pela *Great Place to Work* (GPTW) e 97% de satisfação na pesquisa do Barômetro, além de ser reconhecida pela GPTW como a primeira melhor empresa para trabalhar no estado do Rio de Janeiro.

As ações propostas no programa colaboram para uma maior estabilidade emocional dos nossos colaboradores e, o reflexo disso, são os ganhos consideráveis nos nossos indicadores de saúde, obtendo uma redução de 42% (de 2,5% para 1,29%) no absenteísmo por doença.

Outro indicador importante a ser considerado é a Taxa de Frequência de acidentes, com redução do indicador em 52% (5,3 para 2,2), mais uma comprovação de que o ambiente leve possibilita o equilíbrio emocional dos colaboradores.

Alguns resultados são de conhecimento somente do corpo médico e não são divulgados ao público, mas temos resultados que podem ser apresentados coletivamente.

Segurança psicológica – 80% com nível: médio alto (indicador com resultado positivo)

Propensão ao *Burnout* – Das 13 diretorias, sete estão no nível baixo e seis no nível médio baixo

Estresse – Das 13 diretorias, duas estão com nível médio e 11 com nível baixo.

Baixa realização – Das 13 diretorias, duas estão com nível médio e 11 com nível baixo.

Despersonalização – Todas as diretorias com nível baixo

Exaustão – das 13 diretorias, seis estão no nível médio, duas no nível médio baixo e três no nível baixo.

CONCLUSÃO

A preocupação com a saúde mental é um assunto de extrema relevância, tanto no ambiente interno de trabalho, quanto no ambiente externo, incluindo a convivência familiar. Colaboradores saudáveis psicologicamente podem desempenhar melhor o seu papel na sociedade, como membros da família e como membros da empresa.

Com ações voltadas para a saúde do corpo e da mente, mantendo proximidade com os colaboradores, deixando-os motivados e engajados na causa de cuidar de si e do outro, mantemos um ambiente acolhedor e aberto às sugestões e com um alto nível de segurança psicológica

A interação com a família também foi um diferencial, pois os colaboradores se sentem parte do negócio, fazendo com que o ambiente de trabalho seja tão acolhedor quanto o familiar. As dicas e atividades propostas nas datas especiais são levadas com carinho pelos colaboradores para os seus familiares, pois sentem orgulho em serem membros dessa grande família VWCO.

Com todas as ações de motivação e cuidado do programa, os distúrbios psicológicos são gerenciados e com baixo nível de gravidade, pois estão sendo tratados de modo preventivo, para eliminar os riscos da Síndrome do *Burnout* e garantir o equilíbrio emocional.

O programa já mostra resultados positivos no clima organizacional, confirmado com a participação e o envolvimento dos colaboradores e seus familiares nas ações realizadas. A Volkswagen Caminhões e Ônibus acredita que um ambiente de trabalho agradável e sadio pode contribuir significativamente para o bem-estar mental dos colaboradores e familiares. E, para alcançarmos a excelência para os nossos colaboradores, garantindo o equilíbrio emocional, é fundamental continuar trabalhando em ações de prevenção das doenças da mente.

EVIDÊNCIAS:

Etapas do programa SAÚDE + VOCE, NA PREVENÇÃO AO BURNOUT



Etapas do Programa:





Estatística



DADOS TRATADOS
PELA EMPRESA
PARCEIRA

SIGILO DE DADOS
PESSOAIS



Devolutiva



INDIVIDUAL APÓS
PARTICIPAÇÃO DO
MAPEAMENTO

COMPARTILHADO
COM A EQUIPE
MÉDICA DA VWCO



Caminhões

Incentivo ao esporte



CORRIDA E
CAMINHADA NA
FÁBRICA/ JOGOS

CONVÊNIO
ACADEMIA



Conscientização para prevenção



CAMPANHA DE
SAÚDE MENTAL E
FÍSICA



VWCO PROMOVE SEMANA DA SAÚDE

Com o objetivo de promover a saúde e o bem-estar dos colaboradores, a VWCO promoveu a Semana da Saúde, com diversas atividades e palestras.

Atividade	Data	Local
AVALIAÇÃO DE BONEMINERALIZAÇÃO	08/08/2017 - 09/08/2017	08/08/2017 - 09/08/2017
ORÇAMENTO ORÇAMENTO	08/08/2017 - 09/08/2017	08/08/2017 - 09/08/2017
EXERCÍCIOS DE VIGILÂNCIA	08/08/2017 - 09/08/2017	08/08/2017 - 09/08/2017
PALESTRAS	08/08/2017 - 09/08/2017	08/08/2017 - 09/08/2017
SAÚDE MENTAL	08/08/2017 - 09/08/2017	08/08/2017 - 09/08/2017
ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL	08/08/2017 - 09/08/2017	08/08/2017 - 09/08/2017
BEM-ESTAR E ATIVIDADE FÍSICA	08/08/2017 - 09/08/2017	08/08/2017 - 09/08/2017
BEM-ESTAR E ATIVIDADE FÍSICA	08/08/2017 - 09/08/2017	08/08/2017 - 09/08/2017
ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL	08/08/2017 - 09/08/2017	08/08/2017 - 09/08/2017
SAÚDE MENTAL E BEM-ESTAR	08/08/2017 - 09/08/2017	08/08/2017 - 09/08/2017
PREVENÇÃO OCULAR	08/08/2017 - 09/08/2017	08/08/2017 - 09/08/2017
ÁREA RECREATIVA SOBRE O ALFABETO	08/08/2017 - 09/08/2017	08/08/2017 - 09/08/2017

Promoção de ações para engajamento e integração com a família



OPEN HOUSE

PET DAY

EVENTOS DE
MOTIVACIONAIS



RECONHECIMENTO EXTERNO

1) RECONHECIMENTO DE CLIMA ORGANIZACIONAL Pesquisas GPTW e BAROMENTRO

Clima Organizacional



Pesquisa barometro

Satisfação **97%**

1º Lugar Melhor empresa para trabalhar no estado do Rio de Janeiro

7º lugar Melhor empresa para trabalhar no estado do Rio de Janeiro

7º lugar Melhor empresa para trabalhar no Brasil

6º lugar Melhor indústria para trabalhar no Brasil

Great Place To Work

2023

96%

INTERNAL

We are proud to be **VWTB**



2) PRÊMIO PROTEÇÃO DE SEGURANÇA DO TRABALHO

VWCO RECEBE PRÊMIO PROTEÇÃO BRASIL 2022



A Volkswagen Caminhões e Ônibus segue colecionando reconhecimentos nas mais diversas áreas! Na última semana, foi a vez da área de Segurança do Trabalho receber o Prêmio Proteção Brasil 2022, que reconhece as melhores práticas em prol da saúde e da integridade do trabalhador no país.