

NR-01

Fatores de Riscos Psicossociais

ConSeg®

Expectativa:

- ✓ Informar e conscientizar sobre a NR-01 e a importância da avaliação de riscos psicossociais no ambiente de trabalho, preparando as empresas para a implementação da norma.
- ✓ Contextualização da nova NR-01 e sua relevância.

ConSeg®

Foco na Saúde Mental

Em 2024, o Instituto Nacional do Seguro Social (INSS) recebeu mais de 3,5 milhões de pedidos de licença médica, sendo 472 mil por transtornos mentais. Cada afastamento durou, em média, três meses, com trabalhadores recebendo cerca de R\$ 1,9 mil por mês. O impacto financeiro estimado ultrapassa R\$ 3 bilhões.

Estados mais afetados

São Paulo, Minas Gerais e Rio de Janeiro. Se considerar o índice por população, Distrito Federal, Santa Catarina e **Rio Grande do Sul** lideram os registros.

A maioria dos trabalhadores afastados em 2024 foi de mulheres (64%), com idade média de 41 anos e com diagnósticos de ansiedade e depressão.

Foco na Saúde Mental



Nova NR-01 - avaliação de riscos psicossociais

1.5.3.1.4 O **GRO** - gerenciamento de riscos ocupacionais deve abranger os riscos que decorrem dos agentes físicos, químicos, biológicos, riscos de acidentes e riscos relacionados aos fatores ergonômicos, **incluindo os fatores de risco psicossociais relacionados ao trabalho.**

1.5.3.2 A organização deve:

- a) evitar ou eliminar os perigos ocupacionais que possam ser originados no trabalho;
- b) identificar os perigos e possíveis lesões ou agravos à saúde;
- c) avaliar os riscos ocupacionais indicando o nível de risco;
- d) classificar os riscos ocupacionais para determinar a necessidade de adoção de medidas de prevenção;
- e) implementar medidas de prevenção, de acordo com a classificação de risco e na ordem de prioridade estabelecida na alínea "g" do subitem 1.4.1; e
- f) acompanhar o controle dos riscos ocupacionais.

1.5.3.2.1 A organização deve considerar as condições de trabalho, nos termos da NR-17, incluindo os fatores de risco psicossociais relacionados ao trabalho.

Nova NR-01 - avaliação de riscos psicossociais



Alínea "g" do subitem 1.4.1 da NR-01

A alínea "g" do subitem 1.4.1 da Norma Regulamentadora nº 1 (NR-01) estabelece a ordem de prioridade para a implementação de medidas de prevenção no ambiente de trabalho. Essa hierarquia é fundamental para garantir a segurança e a saúde dos trabalhadores. A sequência prioritária é:

- 1. Eliminação dos fatores de risco:** Remover completamente os perigos presentes no ambiente de trabalho.
- 2. Minimização e controle dos fatores de risco por meio de medidas de proteção coletiva:** Caso a eliminação não seja possível, adotar soluções que protejam simultaneamente todos os trabalhadores expostos ao risco.
- 3. Minimização e controle dos fatores de risco por meio de medidas administrativas ou de organização do trabalho:** Implementar mudanças nos procedimentos ou na organização das atividades laborais para reduzir a exposição ao risco.
- 4. Adoção de medidas de proteção individual:** Utilizar Equipamentos de Proteção Individual (EPIs) quando as medidas anteriores não forem suficientes para controlar os riscos.

O que mudou na NR-01?

Inclusão expressa dos tipos de risco ocupacional

A NR-1 passou a incluir expressamente os fatores de riscos psicossociais relacionados ao trabalho no Gerenciamento de Riscos Ocupacionais (GRO), conforme Portaria MTE nº 1.419/2024.

Todas as organizações devem avaliar e controlar todos os perigos e riscos existentes na organização, incluindo os decorrentes de fatores de riscos psicossociais relacionados ao trabalho, tais como sobrecarga de trabalho, assédio e suas derivações, integrando-os ao inventário de riscos.

A fim de evitar qualquer dúvida sobre essa questão foi especificado na norma que **o GRO deve abranger os riscos decorrentes de agentes físicos, químicos e biológicos, acidentes e os riscos relacionados aos fatores ergonômicos, incluindo os fatores de risco psicossociais relacionados ao trabalho (subitem 1.5.3.1.4 da NR-1).**

Portaria MTE nº 765/2025

Publicada em 16/05/2025 no DOU.

Prorrogação oficial da vigência da nova redação da NR-01.

Com a oficialização da prorrogação, os empregadores têm até 26/05/2026 para se adequarem e estruturarem, focados na prevenção da ocorrência de fatores de riscos psicossociais. Nesse momento, é importante que as empresas:

- Revisem sua estrutura organizacional, como foco em evitar situações que podem levar a ocorrência de riscos psicossociais. Para isso, poderá ser consultado o Guia de Informações sobre os Fatores de Riscos Psicossociais Relacionados ao Trabalho (já publicado pelo MTE) e o Manual com orientações técnicas detalhadas sobre os procedimentos e aspectos regulamentados.
- Estruturem o GRO e PGR, observando os fatores psicossociais, em atendimento à NR1, bem como à NR17-Ergonomia, já vigente.
- Alinhem suas equipes de RH, SESMT e jurídico, para estarem preparadas para atuar conforme as alterações regulamentares.

Onde os fatores de risco psicossociais relacionados ao trabalho estão incluídos?

Os fatores de **risco psicossociais** estão relacionados diretamente com a organização do trabalho. Decorrem de problemas na concepção, na organização e na gestão do trabalho, podendo gerar vários efeitos à saúde do trabalhador em nível psicológico, físico e social, como por exemplo o desencadeamento ou agravamento de estresse no trabalho, esgotamento, distúrbios osteomusculares relacionados ao Trabalho (DORT) e depressão, entre outros (RODRIGUES et.al., 2020; PEREIRA et.al., 2021; ISO 45003, 2021; WHSQ, 2022).

O que são Riscos Psicossociais?

Os riscos psicossociais estão relacionados à organização do trabalho e às interações interpessoais no ambiente laboral.

Eles incluem fatores como metas excessivas, jornadas extensas, ausência de suporte, assédio moral e outras formas de assédio, conflitos interpessoais, falta de liderança e falta de autonomia no trabalho. Esses fatores podem causar estresse, ansiedade, depressão e outros problemas de saúde mental nos trabalhadores.

O que NÃO É RISCO PSICOSSOCIAL relacionado ao trabalho?

✓ Sintomas:

- Estresse, ansiedade, impulsividade, desatenção, irritabilidade.

✓ Transtornos mentais:

- Depressão, bipolaridade, síndromes, entre outros.

✓ Situações de vulnerabilidade:

- Pessoas enlutadas ou que sofreram traumas recentes, imigrantes, vícios, exposição a criminalidade, entre outros.

Os riscos psicossociais estão relacionados à organização do trabalho e às interações interpessoais no ambiente laboral.

Como fazer a Gestão dos Riscos Psicossociais no ambiente de trabalho?

- ✓ NR-17 - Gestão de ergonomia obrigatória para todas as organizações e situações de trabalho, com o objetivo de adaptar as condições de trabalho às características psicofisiológicas dos trabalhadores, de modo a proporcionar conforto, segurança, saúde e desempenho eficiente no trabalho (itens 17.1.1 e 17.2.1 da NR-17).
- ✓ **Metodologia de gestão da ergonomia:**
 - ✓ **Avaliação Ergonômica Preliminar (AEP)** - abordagem inicial, alinhada com o GRO, para realizar a identificação de perigos, a avaliação de riscos e a implementação de medidas de prevenção.
 - ✓ AEP é obrigatória em todas as situações, para todas as empresas, inclusive as que possam estar dispensadas de elaborar o Programa de Gerenciamento de Riscos (PGR), nos termos do item 1.8.4 da NR-1 (ME e EPP, grau de risco 1 e 2).
 - ✓ **Análise Ergonômica do Trabalho (AET).** A AET é uma análise mais aprofundada, que deve ser utilizada nas situações previstas no item 17.3.2 da NR-17.

Como fazer a Gestão dos Riscos Psicossociais no ambiente de trabalho?

- ✓ A organização deve verificar se necessita de ajuda especializada para análise e implementação das ações.
- ✓ A organização deve envolver todas as partes interessadas.
- ✓ Realizar o planejamento do gerenciamento de riscos ocupacionais.
- ✓ Atribuição de responsabilidades. Quem faz o que, prazo, investimento...
- ✓ Comunicação aos trabalhadores.
- ✓ Definir uma estratégia de avaliação: Não é obrigatória a utilização de uma metodologia ou ferramenta específica.
- ✓ Realização de Avaliação Ergonômica Preliminar – AEP.
- ✓ Viabilizar a participação do trabalhador.
- ✓ Se os fatores de riscos estiverem presentes no ambiente de trabalho, realizar a avaliação de risco e classificação do risco – Inventário de risco.

Listagem exemplificativa de fatores de risco psicossociais relacionados ao trabalho que podem acarretar agravos à saúde do trabalhador – GUIA NR-01/MTE:

Perigo (fator de risco)	Possível consequência (lesão ou agravo)
Assédio de qualquer natureza no trabalho	Transtorno mental;
Má gestão de mudanças organizacionais	Transtorno mental; DORT
Baixa clareza de papel/função	Transtorno mental
Baixas recompensas e reconhecimento	Transtorno mental;
Falta de suporte/apoio no trabalho	Transtorno mental;
Baixo controle no trabalho/Falta de autonomia	Transtorno mental; DORT
Baixa justiça organizacional	Transtorno mental;
Eventos violentos ou traumáticos	Transtorno mental
Baixa demanda no trabalho (subcarga)	Transtorno mental
Excesso de demandas no trabalho (sobrecarga)	Transtorno mental; DORT
Más relacionamentos no local de trabalho	Transtorno mental
Trabalho em condições de difícil comunicação	Transtorno mental;
Trabalho remoto e isolado	Transtorno mental; Fadiga

ESTRATÉGIAS E AÇÕES PARA MITIGAR E PREVENIR RISCOS PSICOSSOCIAIS

Fortalecimento da Cultura Organizacional: Promover um ambiente de trabalho positivo, com comunicação clara e NÃO AGRESSIVA, incentivando a colaboração, o respeito mútuo e o reconhecimento das conquistas dos colaboradores.

Monitoramento Constante: Implementar ferramentas que permitam a identificação contínua de riscos psicossociais, facilitando uma resposta rápida e eficaz.

Implantar Canal de Comunicação e Denúncias.

Documentar todas as etapas do processo de adaptação, assegurando a conformidade com as novas normas.

ESTRATÉGIAS E AÇÕES PARA MITIGAR E PREVENIR RISCOS PSICOSSOCIAIS

ConSeg®

Definir e divulgar Políticas de Prevenção ao Assédio: Estabelecer e comunicar claramente políticas contra o assédio e a violência no ambiente de trabalho, assegurando que todas as denúncias sejam tratadas com seriedade.

Promover Palestras e Capacitações de Gestão de Estresse: Treinamentos focados na capacitação dos empregados para gerenciar o estresse e melhorar sua resiliência.

Nosso propósito:

Transformar a gestão de segurança do trabalho, saúde ocupacional e meio ambiente em valor para as organizações, protegendo pessoas, prevenindo riscos e impulsionando resultados sustentáveis

Nossos Serviços:

- ✓ **NR-01-GRO-PGR/ PCMSO**
- ✓ **LTCAT / LAUDO DE INSALUBRIDADE E PERICULOSIDADE**
- ✓ **GERENCIAMENTO E TRANSMISSÃO DOS EVENTOS DE SST AO ESOCIAL**
- ✓ **EXAMES MÉDICOS OCUPACIONAIS: CLÍNICOS E COMPLEMENTARES**
- ✓ **PPP - PERFIL PROFISSIOGRÁFICO PREVIDENCIÁRIO**
- ✓ **ASSISTÊNCIA TÉCNICA EM PERÍCIAS MÉDICAS E TRABALHISTAS**
- ✓ **GESTÃO EM SAÚDE E SEGURANÇA DO TRABALHO**
- ✓ **CAPACITAÇÃO NAS ÁREAS DE SEGURANÇA DO TRABALHO E MEIO AMBIENTE**
- ✓ **PROCESSOS DE LICENCIAMENTO AMBIENTAL: FEPAM; IBAMA; GESTÃO AMBIENTAL**
- ✓ **PROJETOS DE SUSTENTABILIDADE**