



Cartilha

Saúde Mental no Trabalho e NR-1

Como se adequar às novas regras, que passam a valer em 26/05 em caráter educativo, tendo um ano de transição às empresas.

Conexão 
gráficaRS


ABIGRAF-RS


SindigrafRS

1. Gerenciamento de Riscos Ocupacionais

A Norma Regulamentadora nº 1 (NR-1) estabelece o Gerenciamento de Riscos Ocupacionais (GRO). Ela **orienta a gestão de riscos no trabalho** e inclui o Programa de Gerenciamento de Riscos (PGR).

Com a Portaria do Ministério do Trabalho e Emprego (MTE) nº 1.419/2024, **identificar e gerenciar os riscos psicossociais se torna obrigatório no PGR.**

2. O que muda com a nova NR-1?

GRO mais rigoroso: reforço na identificação, análise e controle de riscos.

PGR revisado: com atualização a cada dois anos ou sempre que houver alterações significativas no ambiente de trabalho, afetando a exposição dos trabalhadores a riscos.

3. Risco psicossociais

A nova NR-1 **reconhece a importância de fatores emocionais, sociais e organizacionais** para a saúde dos trabalhadores.

Riscos psicossociais são fatores no ambiente de trabalho que podem provocar **estresse, esgotamento mental e outros danos à saúde psicológica dos trabalhadores.**

4. Como se adequar às mudanças?

Mapeamento dos riscos: identificação no GRO e no PGR.

Implementação de medidas preventivas: reorganização de tarefas e programas de bem-estar, prevendo integração com a NR-17 (ergonomia).

Treinamento de líderes e colaboradores: para promover um ambiente saudável e seguro.

5. Gestão dos fatores de risco psicossociais

No âmbito do GRO, combine as disposições da NR-1 com a NR-17 (avaliação ergonômica preliminar (AEP) e a análise ergonômica do trabalho (AET)).
Recomendam-se os seguintes passos:

- a) **Buscar ajuda especializada** de profissionais com o conhecimento técnico;
- b) **Envolver toda a empresa** (profissionais de Saúde e Segurança no Trabalho (SST), gerência, alta administração, líderes de equipe, supervisores e demais trabalhadores).



c) **Atribuir responsabilidades** para a condução de diferentes etapas do processo;

d) **Comunicar de forma antecipada** como será a gestão desses processos (aplicação de um questionário, por exemplo), os objetivos e resultados esperados.

6. Preparação para identificação de perigos e avaliação de risco

Informações sobre o estabelecimento, processo produtivo, postos de trabalho e trabalhadores: disposição dos setores, etapas da produção, atividades e características dos colaboradores (idade e sexo, por exemplo), entre outras.

Acompanhamento de saúde dos trabalhadores (registro de afastamentos e abertura de Comunicação de Acidentes de Trabalho, por exemplo), **análise de acidentes** (se houver) e **informações anteriores** (se existirem).



Depois, defina a **estratégia** de condução do processo de identificação e **avaliação dos fatores de risco** psicossociais relacionados ao trabalho.

7. Implementação da identificação de perigos e avaliação de riscos

É feita por meio da avaliação ergonômica preliminar (AEP), incluindo a participação do trabalhador em todas as etapas.

Pode-se realizar a avaliação qualitativa do risco, a partir das condições encontradas e do conhecimento e expertise do profissional.

Na caracterização da exposição, deve ser incluída a duração do trabalho, a frequência e a intensidade da exposição, entre outros cofatores.



8. Implementação do controle e acompanhamento das medidas de prevenção

Verificado o nível de risco resultante da avaliação e sua classificação de prioridade, deve-se adotar, aprimorar ou manter medidas de prevenção para diminuir ou controlar o nível de risco que foi apurado.

Deve-se ter um plano de ação, com os registros que demonstram a implementação das medidas de prevenção e o seu acompanhamento (definido cronograma com responsáveis, formas de acompanhamento e aferição de resultados).



9. Registros do PGR ou da AEP

Todas as etapas devem ser registradas nos documentos do PGR ou da AEP, contendo no inventário de riscos ocupacionais, no mínimo:

- caracterização dos processos e ambientes de trabalho;
- caracterização das atividades;
- descrição dos perigos, com a identificação das fontes e/ou circunstâncias;
- indicação das possíveis lesões ou agravos à saúde decorrentes da exposição dos trabalhadores aos perigos;



- indicação dos grupos de trabalhadores expostos aos perigos;
- descrição das medidas de prevenção implementadas;
- caracterização da exposição dos trabalhadores aos perigos;
- dados da análise preliminar ou do monitoramento das exposições a agentes físicos, químicos e biológicos e os resultados da avaliação de ergonomia nos termos da NR-17;
- avaliação dos riscos, incluindo a classificação para fins de elaboração do plano de ação.

As mudanças na NR-1 reforçam a necessidade de uma gestão integrada de riscos, incluindo os psicossociais.

Empresas que se anteciparem na implementação das novas diretrizes estarão mais preparadas para garantir a saúde e a segurança de seus colaboradores, além de reduzir riscos jurídicos.

Fontes: RMM Advogados e Guia de informações sobre os Fatores de Riscos Psicossociais Relacionados ao Trabalho

