

BOLETIM DIGITAL

SAÚDE MENTAL: PRINCIPAIS MUDANÇAS DA NR1



NOTÍCIAS

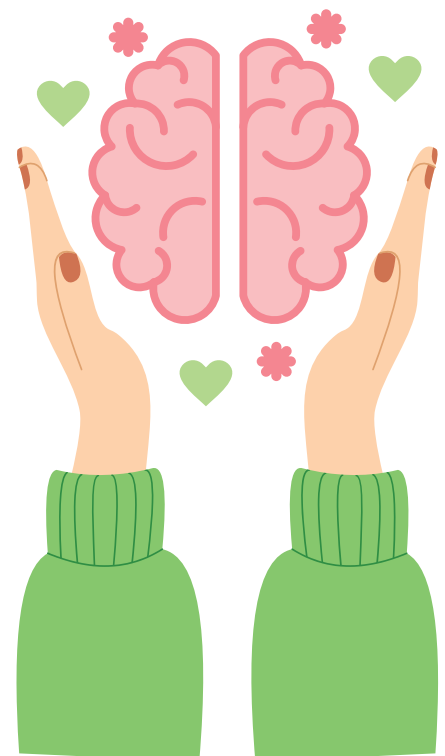
1. Nova atualização da NR1
2. Benefícios da Adequação
3. Forma de Identificação
4. Atuação da USOST

SAÚDE MENTAL É TÃO IMPORTANTE QUANTO A FÍSICA.

O que é NR1?

É a Norma Regulamentadora nº1 do Ministério do Trabalho e Emprego do Brasil. Ela estabelece as disposições gerais sobre segurança e saúde no trabalho, define os deveres de empregadores e trabalhadores e orienta o gerenciamento de riscos ocupacionais em todas as atividades econômicas.

Aplica-se a todas as empresas e empregadores que admitam trabalhadores sob o regime da CLT (Consolidação das Leis do Trabalho).



Elaboração: Unidade de Saúde Ocupacional e Segurança do Trabalho (USOST/HC-UFPE)

O QUE MUDA COM A NOVA ATUALIZAÇÃO DA NR1?

Riscos Psicossociais

A NR1 foi atualizada pela Portaria MTE nº 1.419, de 27 de agosto de 2024, para incluir explicitamente os **riscos psicossociais** no Gerenciamento de Riscos Ocupacionais (GRO). Essa mudança reflete a crescente preocupação com a saúde mental no ambiente de trabalho e estabelece novas diretrizes para as empresas brasileiras.

Riscos psicossociais são fatores relacionados à organização do trabalho e às interações interpessoais que podem afetar negativamente a saúde mental e emocional dos trabalhadores. Eles incluem:

- Estresse ocupacional
- Assédio moral e sexual
- Carga de trabalho excessiva
- Falta de autonomia
- Conflitos interpessoais
- Ambiente de trabalho tóxico

Esses fatores podem levar a problemas como ansiedade, depressão, síndrome de burnout e outras doenças relacionadas ao trabalho.

As empresas deverão identificar e avaliar os riscos psicossociais no ambiente de trabalho, incluir esses riscos no inventário de riscos do PGR, implementar medidas preventivas e corretivas para mitigar esses riscos, promover treinamentos e ações de sensibilização sobre saúde mental, monitorar e revisar periodicamente as ações implementadas.

Além disso, a NR-1 agora estabelece uma conexão direta com a NR-17 (Ergonomia), reforçando a necessidade de considerar os aspectos psicossociais na avaliação das condições de trabalho.

Por que essa mudança é importante?

Promove um ambiente de trabalho mais saudável e seguro, reduz afastamentos e doenças ocupacionais, aumenta a produtividade e o bem-estar das equipes.

A importância das mudanças na NR 1 (Norma Regulamentadora nº 1) é enorme, principalmente porque ela representa uma mudança de paradigma na forma como as empresas devem lidar com a saúde e segurança do trabalhador.

“Saúde mental também é segurança no trabalho.”

A nova NR 1 não é apenas uma atualização de regras – ela é uma modernização profunda, com foco em prevenção, gestão contínua e saúde integral (física e mental).

COMO A USOST VAI ATUAR NA IMPLEMENTAÇÃO DA NR-01?

Compromisso com a Saúde Mental de Todos os Trabalhadores

A Unidade de Saúde Ocupacional e Segurança do Trabalho (USOST) terá um papel fundamental na implementação das diretrizes da nova NR-01, especialmente no que se refere ao gerenciamento dos riscos psicossociais nos ambientes laborais.

O QUE VAI SER FEITO NA PRÁTICA?

1. Avaliação Individual

Durante os exames **admissionais, periódicos ou de mudança de riscos**, a medicina do trabalho aplicará questionários específicos para **identificar precocemente sinais de sofrimento psíquico** ou situações de risco.

2. Mapeamento Coletivo

Anualmente, será enviado um formulário eletrônico para que os(as) trabalhadores(as) possam contribuir de forma anônima na **avaliação coletiva dos fatores psicossociais** de suas unidades. Os resultados serão analisados e classificados como:

- **Favorável** - ambiente com boa qualidade psicossocial;
- **De Atenção** - requer investigação e ações educativas;
- **Desfavorável** - exige plano de ação urgente.

3. Inclusão no PGR

Todos os riscos identificados serão registrados no Programa de Gerenciamento de Riscos (PGR) da unidade, com indicação da gravidade e das medidas necessárias.

4. Planos de Ação e Acolhimento

A partir do diagnóstico, serão planejadas e executadas ações como:

- Rodas de conversa e integração sobre saúde mental;
- Avaliações ergonômicas dos ambientes de trabalho;
- Encaminhamentos para suporte emocional (Projeto Acolhe ou RAPS);
- Ações de mediação de conflitos e escuta ativa;
- Práticas integrativas como meditação, auriculoterapia e outras;
- Monitoramento contínuo dos indicadores de bem-estar.



A USOST reforça que saúde mental não se trata apenas de ausência de doença, mas de um ambiente de trabalho saudável, acolhedor e seguro para todos. As ações serão feitas com responsabilidade, sigilo, empatia e base científica.

Elaboração: Unidade de Saúde Ocupacional e Segurança do Trabalho (USOST/HC-UFPE)