

PREVENIR

A S U A R E V I S T A D E S E G U R A N Ç A

Ano 1 Vol. I

20 de janeiro de 2026

Distribuição gratuita



RISCOS PSICOSSOCIAIS

NR 1 AGORA TRATA DE SAÚDE MENTAL

A NR-1, que leva o título de Disposições Gerais e Gerenciamento de Riscos Ocupacionais tem como função estabelecer as disposições gerais, o campo de aplicação e as responsabilidades relacionadas à Segurança e Saúde no Trabalho (SST) no Brasil. Ela funciona como a base do sistema de normas de segurança e saúde do trabalho, orientando como as empresas devem identificar, avaliar e controlar riscos no ambiente de trabalho. Recentemente trouxe mudanças importantes na forma como segurança e saúde no trabalho são gerenciadas no Brasil, especialmente ampliando o foco para aspectos de saúde mental e riscos psicossociais.

Aqui estão as principais alterações:

- Inclusão de riscos psicossociais no Gerenciamento de Riscos

A grande novidade da NR-1 é que os fatores de risco psicossociais — como estresse excessivo, assédio moral, pressão por metas, jornadas exaustivas, conflitos interpessoais, entre outros, passam a ser reconhecidos oficialmente como riscos que precisam ser identificados, avaliados e gerenciados pelas empresas dentro do Programa de Gerenciamento de Riscos (PGR).

Isso significa que não basta mais apenas mapear riscos físicos, químicos ou biológicos: a saúde

mental e ambientes organizacionais também devem entrar no processo de prevenção.

- Ampliação da participação dos trabalhadores

A atualização dá mais ênfase à participação dos trabalhadores no processo de gerenciamento de riscos, incentivando que a equipe colabore na identificação dos perigos e na elaboração de estratégias preventivas.

- Prioridade para ações preventivas

A norma reforça que as ações preventivas devem ser priorizadas sobre as corretivas, isto é, as empresas devem buscar antecipar e evitar que riscos se concretizem antes de somente reagir a acidentes ou doenças.

- Porque isso é importante?

Antes dessa atualização, a NR-1 focava mais em aspectos tradicionais de saúde e segurança (como riscos físicos, químicos etc.). Com a inclusão dos riscos psicossociais, a norma reconhece oficialmente que fatores do ambiente e organização do trabalho podem afetar negativamente a saúde mental dos trabalhadores e precisam ser geridos com o mesmo cuidado que outros riscos ocupacionais.

Fonte: Ministério do Trabalho e Emprego, Brasil, 2026.

Palavra do Núcleo

É com grande satisfação que apresentamos a primeira edição deste informativo, um espaço criado especialmente para você, servidor e servidora. Este jornal nasce com o propósito de fortalecer o cuidado, a informação e a prevenção, pilares fundamentais para a promoção da saúde e da segurança no ambiente de trabalho.

O Núcleo de Biometria Médica acredita que um servidor bem informado é um servidor mais protegido, mais consciente e com melhores condições de cuidar de si e de suas atividades profissionais. Por isso, este informativo será um canal permanente de comunicação, pensado para aproximar o Núcleo dos servidores, compartilhar orientações, divulgar informações relevantes sobre saúde do trabalhador e dar visibilidade às ações, campanhas e eventos desenvolvidos ao longo do ano.

Mais do que um jornal, este espaço representa um convite à reflexão sobre a importância do autocuidado, da prevenção de agravos e da construção coletiva de ambientes de trabalho mais saudáveis e seguros. Cada edição trará conteúdos que dialogam com o cotidiano do serviço público, buscando contribuir para a qualidade de vida e o bem-estar de todos.

Esperamos que este informativo seja um aliado no dia a dia, um apoio na prevenção e uma fonte confiável de informação. Que ele fortaleça o compromisso conjunto com a saúde do servidor e reafirme que cuidar das pessoas é essencial para um serviço público cada vez melhor.

Conte conosco. Este espaço é feito para você.

Secretaria de Administração

CRH - Núcleo de Biometria

Contato: (54) 3313-7525

WhatsApp: (54) 98404-7190