



ENGSEGTRA

NR-01 na prática O que muda com a nova regulamentação e como preparar sua empresa para 2026.

Um guia completo sobre Gerenciamento de Riscos
Ocupacionais e saúde mental no trabalho!

Apresentação

A Segurança e Saúde no Trabalho no Brasil está passando por uma das mais importantes evoluções dos últimos anos. A atualização da **NR-01** redefine o papel do **Gerenciamento de Riscos Ocupacionais (GRO)** e consolida uma mudança de paradigma: a saúde mental e os fatores psicossociais passam a integrar, de forma definitiva, as obrigações legais das organizações.



Este e-book foi desenvolvido pela **Engsegtra**, com o propósito de traduzir a norma para a realidade das empresas, esclarecendo o que mudou, o que passa a ser exigido e como se preparar de forma técnica, responsável e estratégica para o novo cenário regulatório.

Mais do que um guia normativo, este material é um convite à prevenção, à maturidade em SST e à construção de ambientes de trabalho mais seguros, saudáveis e produtivos.

A NR-01 como base da Segurança do Trabalho

A **NR-01 – Disposições Gerais** é a norma que estabelece os princípios fundamentais que orientam todas as demais Normas Regulamentadoras. Ela define responsabilidades, diretrizes e conceitos essenciais para a aplicação correta da legislação de Segurança e Saúde no Trabalho no Brasil.

Norma Introdutória

Por muito tempo, a NR-01 foi vista apenas como uma norma introdutória

Papel Central

Com as atualizações recentes, ela passa a assumir um papel central e estratégico

Alicerce do Sistema

Funciona como o alicerce de todo o sistema de gestão de riscos ocupacionais

É a partir da NR-01 que se organizam as práticas de prevenção, o cumprimento das obrigações legais e a integração entre saúde, segurança, gestão e operação.

Gerenciamento de Riscos Ocupacionais: do conceito à prática

O que é o GRO?

O **Gerenciamento de Riscos Ocupacionais (GRO)** é um processo contínuo e sistemático que tem como objetivo identificar perigos, avaliar riscos e implementar medidas de prevenção nos ambientes de trabalho.

Esse gerenciamento se materializa por meio do **Programa de Gerenciamento de Riscos (PGR)**, documento obrigatório que reúne o inventário de riscos e o plano de ação da empresa.



Na prática, o GRO exige que a organização conheça profundamente seus processos, ambientes e relações de trabalho, adotando uma postura preventiva, estruturada e documentada. Não se trata apenas de cumprir uma exigência legal, mas de reduzir acidentes, afastamentos, passivos trabalhistas e impactos operacionais.

O que mudou na NR-01

A atualização da NR-01, especialmente no capítulo que trata do GRO, trouxe avanços significativos na forma como os riscos devem ser gerenciados.

01

Clareza Conceitual

Maior clareza conceitual sobre perigos e riscos

02

Participação dos Trabalhadores

Reforço da necessidade de participação dos trabalhadores

03

Rastreabilidade

Exigência de rastreabilidade das ações de prevenção

04

Riscos Psicossociais

Inclusão explícita dos riscos psicossociais relacionados ao trabalho

Contudo, a mudança mais relevante é a ampliação do escopo do gerenciamento de riscos, que passa a incluir, de forma explícita, os **riscos psicossociais relacionados ao trabalho**.

Essa atualização aproxima a legislação brasileira de práticas internacionais e reforça uma visão mais completa e humana da Segurança e Saúde no Trabalho.

Riscos psicossociais: um novo olhar sobre a prevenção

Os riscos psicossociais estão relacionados à forma como o trabalho é organizado, às relações interpessoais e às condições que podem impactar a saúde mental dos trabalhadores.



Estresse Ocupacional

Pressão constante e demandas excessivas no ambiente de trabalho

Sobrecarga de trabalho

Volume excessivo de tarefas e responsabilidades

Pressão por Resultados

Cobrança excessiva por metas e desempenho

Assédio Moral ou Sexual

Comportamentos abusivos e inadequados no trabalho

Conflitos Interpessoais

Problemas nas relações entre colegas e gestores

Ambientes Tóxicos

Cultura organizacional prejudicial à saúde mental

Com a nova NR-01, esses fatores deixam de ser tratados apenas como questões comportamentais ou de clima organizacional e passam a integrar formalmente o gerenciamento de riscos ocupacionais. Isso significa que devem ser identificados, avaliados, controlados e monitorados, assim como qualquer outro risco presente no ambiente de trabalho.

Impactos práticos para as empresas

A inclusão dos riscos psicossociais no GRO exige das empresas uma revisão de seus processos, documentos e práticas de gestão.



Ações Necessárias

- Atualizar o PGR
- Incluir fatores psicossociais no inventário de riscos
- Definir critérios claros de avaliação
- Estruturar planos de ação com responsáveis
- Estabelecer prazos e acompanhamento contínuo

Consequências da Não Adequação

- Autuações e multas
- Aumento de passivos trabalhistas
- Crescimento do número de afastamentos
- Impactos negativos na produtividade
- Danos à reputação institucional

Por outro lado, organizações que adotarem uma postura preventiva estarão mais preparadas para o futuro e para a construção de ambientes de trabalho mais equilibrados e sustentáveis.

Prazos e período de adaptação

A legislação prevê um período de transição para que as empresas possam se adequar às novas exigências de forma estruturada e responsável.



Esse intervalo deve ser utilizado para diagnósticos, revisões de documentos, capacitação de equipes e implementação das melhorias necessárias. Antecipar-se é a melhor estratégia para evitar riscos legais e operacionais.



Checklist essencial de adequação

Antes do início da exigência plena, é fundamental que a empresa avalie se:

01 PGR Atualizado	O PGR está atualizado e documentado
02 Mapeamento Completo	Todos os riscos ocupacionais foram corretamente mapeados
03 Riscos Psicossociais	Os riscos psicossociais estão identificados e avaliados
04 Plano de Ação	Existe um plano de ação estruturado e acompanhado
05 Registros e Evidências	Há registros e evidências das ações implementadas
06 Participação dos Trabalhadores	Os trabalhadores são informados e participam do processo

Esse checklist é um ponto de partida essencial para a conformidade com a NR-01 atualizada.

O apoio da Engsegtra

A **Engsegtra** atua de forma técnica, estratégica e personalizada no apoio às empresas que buscam adequação às Normas Regulamentadoras.

Com uma equipe especializada em engenharia e segurança do trabalho, a Engsegtra oferece diagnósticos completos, elaboração e revisão do PGR, mapeamento de riscos físicos, ergonômicos e psicossociais, além de suporte contínuo e orientação normativa.

Nossos Serviços



Diagnósticos Completos

Avaliação detalhada da situação atual da empresa



Elaboração e Revisão do PGR

Documentação técnica completa e atualizada



Mapeamento de Riscos

Identificação de riscos físicos, ergonômicos e psicossociais



Suporte Contínuo

Acompanhamento e orientação normativa permanente

O objetivo vai além do cumprimento legal: trata-se de promover ambientes de trabalho mais seguros, saudáveis e produtivos.

Conclusão

A atualização da NR-01 representa uma evolução significativa na forma como a Segurança e Saúde no Trabalho é compreendida e aplicada no Brasil.

Cuidar das pessoas é parte essencial da prevenção

Ao integrar a saúde mental e os fatores psicossociais ao gerenciamento de riscos, a norma reforça que cuidar das pessoas é parte essencial da prevenção e da gestão responsável.



Empresas que enxergarem essa mudança como oportunidade estarão mais preparadas para os desafios do presente e do futuro. A Engsegtra está pronta para apoiar essa jornada.

The background is a solid teal color. It features several red-outlined hexagons of varying sizes and orientations, some of which are partially cut off by the edges of the frame. The hexagons are arranged in a pattern that suggests a honeycomb or molecular structure.

ENGSEGTRA

engsegtra.com.br