

SAÚDE MENTAL NO AMBIENTE DE TRABALHO E ATUALIZAÇÃO DA NR-1

A saúde mental passou a ocupar um espaço cada vez mais relevante nas discussões sobre gestão, produtividade e sustentabilidade nas empresas brasileiras. Nos últimos anos, o tema deixou de ser tratado apenas como uma pauta de bem-estar corporativo e passou a integrar o debate estratégico sobre segurança do trabalho, gestão de pessoas e resultados organizacionais de longo prazo.

Com a atualização da Norma Regulamentadora nº 1 (NR-1), os fatores psicossociais passam a integrar oficialmente a gestão de riscos ocupacionais, ampliando a responsabilidade das organizações na identificação, avaliação e prevenção de situações que possam impactar o bem-estar emocional dos trabalhadores.

Integração da saúde mental à gestão de riscos

A atualização da NR-1 representa um avanço na forma como as empresas devem tratar a saúde mental no ambiente de trabalho. A norma passa a exigir que fatores psicossociais sejam considerados na gestão de riscos ocupacionais, incluindo aspectos como pressão no trabalho, relações interpessoais, comunicação organizacional e exigências cognitivas das atividades.

Embora o tema já viesse sendo discutido por diversas organizações, a nova regulamentação estabelece parâmetros mais estruturados para que as empresas possam incorporar essas questões aos seus sistemas de gestão de saúde e segurança.

Desafios na avaliação dos fatores psicossociais

Diferentemente de outros riscos ocupacionais tradicionalmente monitorados pelas empresas — como ruído, calor ou exposição a agentes químicos — os fatores psicossociais apresentam maior complexidade de identificação e mensuração. Entre os elementos que podem impactar a saúde mental no ambiente de trabalho destacam-se: elevada exigência cognitiva das atividades; pressão excessiva por resultados; baixo nível de autonomia nas tarefas; dificuldades nas relações interpessoais; falhas de comunicação organizacional; estilos de liderança inadequados.

Por essa razão, a implementação das novas exigências demanda a adoção de metodologias adequadas de diagnóstico e acompanhamento, capazes de identificar riscos e orientar ações preventivas.

Avaliações estruturadas e planos de ação

Com a entrada em vigor das novas exigências da NR-1, as empresas deverão realizar avaliações estruturadas para identificar riscos psicossociais, elaborando inventários de riscos e estabelecendo planos de ação voltados à prevenção e à promoção de ambientes de trabalho saudáveis.

O avanço do debate sobre saúde mental também acompanha o crescimento dos afastamentos relacionados ao tema no país. Dados do Instituto Nacional do Seguro Social (INSS) indicam que, em 2025, o Brasil registrou cerca de 546 mil afastamentos por questões relacionadas à saúde mental.

O SINCOVAN reconhece a relevância do tema e reforça a importância de iniciativas voltadas à promoção de ambientes de trabalho saudáveis, produtivos e seguros.

Nesse sentido, a entidade destaca que a implementação das novas exigências da NR-1 deve ocorrer de forma responsável, gradual e tecnicamente orientada, considerando as diferentes realidades organizacionais e a necessidade de segurança jurídica para as empresas.

O sindicato também reafirma seu compromisso em orientar e apoiar as empresas representadas, promovendo a disseminação de informações, boas práticas e esclarecimentos sobre a aplicação das novas diretrizes relacionadas à gestão de riscos psicossociais.

A entidade seguirá acompanhando a evolução do tema junto aos órgãos reguladores e às instâncias de diálogo institucional, contribuindo para que as medidas voltadas à saúde mental no trabalho sejam implementadas de forma equilibrada, eficaz e sustentável para o setor produtivo.