

 EBOOK
COMPLEMENTAR

A nova NR 1 e a importância das atribuições do RH em relação ao risco psicossocial

Um conteúdo essencial para
quem **quer estar à frente das
mudanças** e construir
ambientes emocionalmente
saudáveis.



 EBOOK
COMPLEMENTAR

O que você verá neste ebook?

A NR-01 e a inclusão dos riscos psicossociais.

Responsabilidades legais das empresas.

O que são riscos psicossociais e exemplos práticos.

Impactos dos riscos psicossociais para empresas e colaboradores.

O papel estratégico do RH na promoção da saúde emocional.

Este material foi elaborado para ampliar sua compreensão sobre as mudanças trazidas pela nova NR-01 e os impactos diretos na saúde mental dentro das organizações.

Aqui, você **encontrará informações práticas, reflexões importantes** e, claro, o **convite para aprofundar** ainda mais seu conhecimento no nosso evento presencial.

EBOOK
COMPLEMENTAR

NR-01

CONCEITO

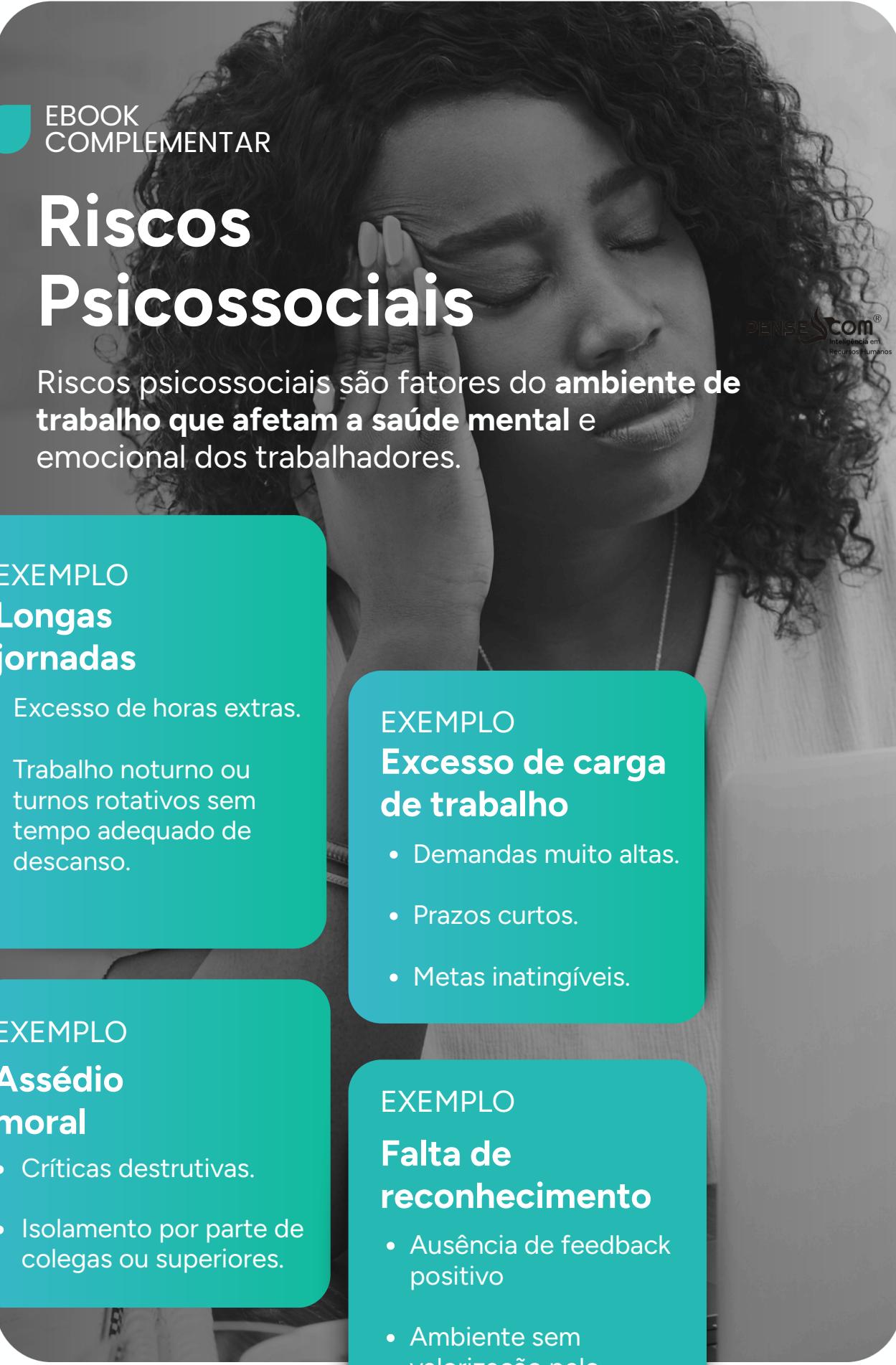
A Norma Regulamentadora nº 01 (NR-01) trata da gestão de riscos ocupacionais e **passou a considerar, entre eles, os riscos psicossociais.**

Elá determina que as **empresas devem identificar, avaliar e controlar esses riscos**, promovendo ambientes mais saudáveis e equilibrados, com foco no bem-estar psicológico dos colaboradores.

Isso representa um avanço na forma como enxergamos o ambiente de trabalho: **agora, a saúde mental passa a ser também uma responsabilidade legal das empresas.**

 EBOOK
COMPLEMENTAR

Riscos Psicossociais



Riscos psicossociais são fatores do **ambiente de trabalho que afetam a saúde mental e emocional dos trabalhadores.**

EXEMPLO

Longas jornadas

- Excesso de horas extras.
- Trabalho noturno ou turnos rotativos sem tempo adequado de descanso.

EXEMPLO

Excesso de carga de trabalho

- Demandas muito altas.
- Prazos curtos.
- Metas inatingíveis.

EXEMPLO

Assédio moral

- Críticas destrutivas.
- Isolamento por parte de colegas ou superiores.

EXEMPLO

Falta de reconhecimento

- Ausência de feedback positivo
- Ambiente sem valorização pelo trabalho realizado.

EBOOK COMPLEMENTAR

Impactos negativos para o colaborador

Distúrbios mentais e emocionais

Afastamentos e aumento do **absenteísmo**

Queda da **qualidade** de vida e **insatisfação** no trabalho

Quando expostos continuamente aos riscos, os profissionais tendem a apresentar sintomas como **ansiedade, irritabilidade, insônia, esgotamento emocional** e até quadros mais graves, como depressão e transtornos de ansiedade generalizada.

Impactos negativos para a empresa

Redução da **produtividade** e do **engajamento**

Aumento dos **conflitos internos** e **deterioração** do clima organizacional

Alta rotatividade (**turnover**) e custos com afastamentos e novas contratações

Um clima organizacional adoecido, **com tensão constante e baixa confiança entre equipes e lideranças**, gera um ambiente improdutivo e inseguro. Os conflitos internos aumentam, a cooperação entre áreas diminui e o turnover se eleva

 EBOOK
COMPLEMENTAR

Conforme a NR-01, as **organizações têm** **o dever legal de:**



Realizar **avaliação contínua** dos riscos psicossociais



Implantar **ações preventivas** e de apoio à saúde mental.



Capacitar **gestores e colaboradores** para reconhecer e lidar com esses riscos.



Fortalecer uma **cultura organizacional positiva**, que valorize o respeito, a comunicação e o bem-estar coletivo.



Essa transformação não se limita ao cumprimento legal.

Elá representa uma **oportunidade para que as empresas evoluam em seus modelos de gestão**, construindo ambientes mais humanos, engajadores e sustentáveis.

 EBOOK
COMPLEMENTAR

E qual o papel do **Recursos Humanos?**

O RH é uma peça-chave na promoção da saúde mental e emocional nas **organizações, atuando como agente de prevenção dos riscos psicossociais** que comprometem o bem-estar e o desempenho das equipes.

Identificação e fortalecimento
da cultura organizacional.

Desenvolvimento e
capacitação da liderança.

Recrutamento e seleção com
análise comportamental.

Avaliação e monitoramento do
clima organizacional.

Definição de **políticas** claras,
com foco em ética.

Implementação de **canais de**
escuta e apoio psicológico.

U M A P A R C E R I A



Entre em contato



proseme.com.br

[@proseme_medicina](https://www.instagram.com/proseme_medicina)

Campinas
(19) 3312-0977
(17) 3324-2979
Barretos



pensecom.com.br

[@pensecomtalentos](https://www.instagram.com/pensecomtalentos)

(19) 3363-6047