



NR-01 além da Norma:

Quando a obrigação legal
encontra a saúde emocional.



NR-01 – Discussão sobre a Saúde Mental no Ambiente de Trabalho



- Dialogar
- Compreender
- Prevenir
- Reduzir os Riscos Psicossociais



CULTURA ORGANIZACIONAL – QUEBRAR PARADIGMAS – AGREGAR VALORES



**Valorizar as pessoas
e transformar o
ambiente de trabalho**



Brasil enfrenta uma crise silenciosa: mais de **472 mil afastamentos por transtornos mentais** em 2024, um aumento de 134% em dois anos. Ansiedade, depressão, burnout e estresse impactam diretamente o desempenho das empresas, elevando custos e riscos trabalhistas

Com a atualização da NR-01, que entram em vigor em maio de 2015, as empresas têm a obrigação legal de identificar e controlar os riscos psicossociais no trabalho, falhar nisso pode gerar sanções e prejuízos irreversíveis.

O que muda com a atualização da NR-01?

- ✔ Mapeamento e Documentação dos Riscos Psicossociais
- ✔ Identificar e Avaliar os riscos psicossociais no processo de gestão de Segurança e Saúde no Trabalho (SST).
- ✔ Elaborar e implementar planos de ação, incluindo medidas preventivas e corretivas (para diminuir), como reorganização do trabalho ou melhorias nos relacionamentos interpessoais.
- ✔ Incorporar medidas de prevenção a saúde mental no Programa de Gestão de Risco.

A NR-01 já exigia que todos os riscos no ambiente de trabalho sejam reconhecidos e controlados,



porém havia dúvidas sobre a inclusão explícita dos riscos psicossociais

Conceitos

Saúde mental

A Organização Mundial da Saúde (OMS) define saúde mental como um estado de bem-estar no qual a pessoa consegue desenvolver suas habilidades, lidar com os estresses normais da vida, trabalhar de forma produtiva e contribuir para sua comunidade.

Essa definição vai além da simples ausência de transtornos, englobando também o bem-estar social, emocional e mental, sendo essencial para o desenvolvimento individual e coletivo.

Riscos Psicossociais

Referem-se a perigos derivados de problemas na concepção, organização e gestão do trabalho, bem como do contexto social no local de trabalho, que podem causar danos à saúde física, mental e social dos trabalhadores.

Eles incluem fatores como:

Metas excessivas, jornadas extensas

Baixa clareza de papel / função

Má gestão das mudanças organizacionais

Falta de autonomia no trabalho

Relacionamento Interpessoal conflituosos

Assédio de qualquer natureza

Falta de desconexão do trabalho

Exposição a esses riscos psicossociais pode levar o indivíduo a problemas de saúde mental:

- **Estresse:** reação natural do organismo a situações que exigem esforço, seja físico ou emocional, e é uma resposta a perigos ou ameaças, reais ou percebidas.
- **Burnout (ou Síndrome de Esgotamento Profissional):** distúrbio emocional resultante de estresse crônico no ambiente de trabalho, levando a um esgotamento profundo.

Levantamento (INSS) de afastamento de trabalhadores em decorrência da Síndrome de Burnout.

2019: 178 casos de.

2023: 421.

Aumento de 136% no índice de licença do trabalho.



O índice de 2023, até o momento, representa o maior número de afastamentos por saúde mental registrados no Brasil nos últimos dez anos.

- **Ansiedade: CID F41** - é a para "Outros Transtornos Ansiosos", que não são específicos de uma situação. Inclui diversas condições, como o Transtorno de Pânico, Transtorno Ansiedade Generalizada e o Transtorno Misto Ansioso e Depressivo

- **Depressão:** de acordo a CID (Classificação Estatística Internacional de Doenças e Problemas Relacionados à Saúde), os códigos mais comuns para a depressão são

- **F32 (Episódios depressivos):** episódio que pode ser leve, moderado ou grave

- **F33 (Transtorno depressivo recorrente):** refere-se a casos em que a pessoa tem múltiplos episódios depressivos ao longo da vida.

• **Problemas de saúde física:**

- Agravamento de doenças crônicas, como hipertensão, e possibilidade de infarto.

• **Problemas sociais e comportamentais:**

- Dificuldades de concentração, perda de memória e redução da produtividade.

Setembro Amarelo.  **Toda vida importa.**

Objetivo principal: Conscientizar sobre a prevenção do suicídio e promover a valorização da vida.

Público-alvo: Toda a população, com foco em grupos de risco, como jovens, pessoas com depressão ou transtornos mentais, e idosos.

Sinais de alerta: Isolamento social, mudanças de comportamento, desânimo intenso, falas sobre sentir-se sem saída.

Ações comuns: Campanhas educativas, palestras, divulgação de serviços de apoio (como CVV - 188 no Brasil), uso de fitas e roupas amarelas como símbolo.

Mensagem central: Falar sobre sentimentos, oferecer escuta ativa e incentivar a busca de ajuda profissional pode salvar vidas.

Impactos negativos na empresa

- - Sobre carga demais
- - Afastamento mais de 15 dias e benefício B91
- - Contratação temporária para ocupar vaga: treinamento x custo
- - Não alcance dos resultados pretendidos
- - Má prestação dos serviços



Preparando a empresa para receber a solução

Alinhamento com o Planejamento Estratégico



SINDICLUBES
Sindicato dos Clubes Sociais do Pará

Missão: Trabalhar em constante diálogo com a categoria, aprimorar as relações patrão empregado atuando na defesa dos interesses que visem benefícios e melhores resultados aos clubes paraenses e qualidade de vida aos seus colaboradores com o objetivo de prestar serviços de excelência aos Associados dos clubes.

Atuação: SINDICLUBES-PARÁ atua nas Convenções Coletivas e oferece assessoramento para o melhor desempenho da Gestão dos Clubes filiados.

São orientações nas seguintes áreas: Gestão Financeira e Contábil, Recursos Humanos, Projetos Esportivos incentivados, Tecnologia, Atividades Sócio esportivo e cultural, Atendimento aos Associados e Realização de eventos. E promove o intercâmbio administrativo, social, esportivo e cultural entre os clubes filiados através de Encontros Técnicos e Torneios Esportivos.

Valores: O SINDICLUBES-PARÁ atua cumprindo os princípios da legalidade, moralidade, transparência, valores éticos de justiça social, respeito e dignidade a pessoa humana.

Perspectiva

COMPORTAMENTO – HABILIDADE – VALOR

- Mudança na Cultura Organizacional.
(Indivíduo como o recurso mais importante dentro da Empresa)
- Processo Estruturado para conduzir a mudança organizacional.
- Agente de Transformação estabelecido e estratégico – deve agir de forma que as medidas implantadas gerem resultados.
(Setor de Gestão de Pessoas)
- Estabelecer a cultura do Feedback.

Benefícios de um ambiente de trabalho seguro

A criação de um ambiente de trabalho seguro e produtivo não é apenas uma obrigação legal, mas uma estratégia essencial para o sucesso das organizações. Ao investir na segurança e bem-estar dos colaboradores, as empresas podem transformar significativamente sua cultura organizacional e desempenho global.



Produtividade

Aumento da produtividade e eficiência do trabalho. Ambiente s seguros reduzem interrupções e permitem que os colaboradores se concentrem em suas atividades, minimizando o estresse e maximizando o potencial de cada profissional.



Qualidade de vida

Melhoria da qualidade de vida dos trabalhadores, com menos riscos. Um ambiente de trabalho que prioriza o bem-estar dos colaboradores promove satisfação profissional, reduz o absenteísmo e contribui para um clima organizacional mais positivo.



Segurança

Prevenção de acidentes e doenças ocupacionais. Implementar protocolos rigorosos de segurança não apenas protege os trabalhadores, mas também reduz custos associados a indenizações, tratamentos médicos e possíveis processos legais.



Saúde

Promoção da saúde física e mental dos colaboradores. Ao cuidar integralmente do bem-estar dos profissionais, as organizações criam um ciclo virtuoso de comprometimento, engajamento e desempenho sustentável.

Indicadores de eficácia da NR-01



Número de acidentes

Redução do número de acidentes no trabalho



Taxa de Absenteísmo

Redução da taxa de absenteísmo por motivos de saúde



Custo com Saúde

Redução do custo com saúde ocupacional



Nível de satisfação dos colaboradores

Aumento do nível de satisfação dos colaboradores com o ambiente de trabalho

Soluções

**CAPACITAR AS LIDERANÇAS - MAPEAR E
DIAGNOSTICAR - ANALISAR - TRAÇAR
ESTRATÉGIAS PARA PREVENIR E REDUZIR
- IMPLANTAÇÃO E IMPLEMENTAÇÃO**

As ações de Promoção a Saúde Mental devem ser adotadas e
deverão ser monitoradas continuamente para avaliar sua
eficácia e revisadas sempre que necessário.

Reduzir riscos psicossociais é entender que o sofrimento
emocional no trabalho, muitas vezes não nasce de questões
individuais, mas sim de condições laborais que podem e devem
ser melhoradas



**Vamos juntos construir
o futuro da saúde?**

@inovaresolucoesemsaude

Email: inovaress@outlook.com

Tv. Humaitá, n. 1733, 2 andar, sala 02, Bairro Pedreira, CEP 66085-148