



NR-1 e riscos psicossociais: guia rápido para empresas

O que a norma pede, onde a regra está hoje e um roteiro prático em 6 passos. Leitura de 5 minutos para RH, gestores e quem cuida de segurança e saúde no trabalho.

O que mudou

- A Portaria MTE nº 1.419/2024 deu nova redação ao Gerenciamento de Riscos Ocupacionais (GRO) da NR-1 e incluiu os **fatores de riscos psicossociais relacionados ao trabalho**.
- Desde maio de 2025 esses fatores fazem parte do GRO, inicialmente em caráter educativo, segundo o Ministério do Trabalho e Emprego.

Onde a regra está hoje (outubro de 2026)

Em 25/06/2026, o Supremo Tribunal Federal (ADPF 1316) suspendeu autuações e multas baseadas **apenas** em cinco itens da NR-1 sobre riscos psicossociais e abriu uma conciliação entre governo, empregadores e trabalhadores. O Plenário confirmou a decisão e, em setembro de 2026, o relator prorrogou a suspensão por mais 90 dias.

O que não mudou: a obrigação de gerenciar esses riscos continua. A norma segue válida e sanções com base em outras regras da NR-1 e da NR-17 continuam possíveis. É um bom momento para organizar o processo com calma, antes que a fiscalização volte ao ritmo normal.

O que a empresa precisa fazer

Segundo as Perguntas e Respostas sobre GRO/PGR publicadas pelo MTE (maio de 2026):

- Tratar os riscos psicossociais na Avaliação Ergonômica Preliminar (AEP, da NR-17), dentro do GRO.
- Seguir as etapas: **identificar perigos, avaliar riscos, adotar medidas de prevenção e acompanhar**.
- Manter o **inventário de riscos** e o **plano de ação**, que são documentos obrigatórios.
- Revisar no mínimo a cada 2 anos, ou antes quando houver mudanças relevantes.
- Considerar também o trabalho remoto, híbrido e o teletrabalho.
- Questionário não é obrigatório. Se for usado, não basta sozinho: o resultado precisa entrar na AEP ou no inventário.
- Designar responsável ou equipe com conhecimento técnico compatível, que pode ser multiprofissional.
- ME e EPP de grau de risco 1 e 2, dispensadas do PGR, usam a AEP para mostrar a gestão desses riscos.

Exemplos de fatores de riscos psicossociais

Lista do Guia de Informações sobre os Fatores de Riscos Psicossociais Relacionados ao Trabalho (MTE, 2025):

- Assédio de qualquer natureza
- Má gestão de mudanças na organização
- Pouca clareza de papel e função
- Poucas recompensas e pouco reconhecimento
- Falta de apoio no trabalho
- Pouco controle e pouca autonomia
- Baixa justiça organizacional
- Eventos violentos ou traumáticos
- Pouca demanda (subcarga)
- Excesso de demandas (sobrecarga, metas, volume)
- Más relações no local de trabalho
- Dificuldades de comunicação
- Trabalho remoto e isolado

Roteiro em 6 passos

- 1 Defina quem conduz.** Um responsável interno e apoio técnico em psicologia e em segurança e saúde no trabalho.
- 2 Escute a equipe.** Entrevistas, grupos de conversa e, se fizer sentido, questionário anônimo. Sigilo garantido a quem participa.
- 3 Identifique e avalie.** Quais fatores aparecem, em quais setores, com que frequência e com que gravidade.
- 4 Registre.** Leve o resultado para a AEP e para o inventário de riscos.
- 5 Aja.** Plano de ação com responsáveis e prazos: revisão de metas e rotinas, canal de escuta, preparo das lideranças e apoio psicológico.
- 6 Acompanhe.** Indicadores como afastamentos, rotatividade e clima, e revisão periódica do plano.

Como o Instituto Sacramento pode ajudar

Com o **Programa Percepção**, a empresa contrata as frentes juntas ou separadas:

- **Diagnóstico NR-1:** levantamento dos riscos psicossociais, relatório técnico e plano de ação.
- **Atendimento psicológico online** para colaboradores, em pacotes trimestrais e com sigilo: a empresa vê só os totais.
- **Palestras, workshops e treinamento de lideranças.**

Psicólogos com registro ativo conferido no Cadastro Nacional do CFP. **Peça uma proposta:**
institutosacramento.com.br/empresas · WhatsApp (38) 98426-8565.

Fontes oficiais consultadas em outubro de 2026

- Ministério do Trabalho e Emprego. Portaria MTE nº 1.419/2024 (NR-01, nova redação do GRO). gov.br/trabalho-e-emprego
- Ministério do Trabalho e Emprego. NR-1: Perguntas e respostas sobre GRO/PGR, maio de 2026. gov.br/trabalho-e-emprego
- Ministério do Trabalho e Emprego. Guia de informações sobre os fatores de riscos psicossociais relacionados ao trabalho, 2025.
- Supremo Tribunal Federal. ADPF 1316: notícias sobre a suspensão (jun/2026), a confirmação pelo Plenário e a prorrogação (set/2026). noticias.stf.jus.br

Material informativo. Não substitui orientação jurídica nem a análise do caso da sua empresa. Responsável técnico: Juliano Sacramento, psicólogo, CRP 04/81078.