Salugen
SST E ENGENHARIA

MATERIAL GRATUITO

NR-1 Psicossocial: o que mudou e como saber se a sua empresa está pronta

Guia rápido do contexto e da exigência + checklist de 41 itens para autoavaliar o PGR em 15 minutos.

Para técnicos e engenheiros de segurança, RH e donos de pequenas empresas.

PARTE 1 · O CONTEXTO

O que mudou na NR-1

A Portaria MTE nº 1.419/2024 atualizou o capítulo 1.5 da NR-1 e passou a dizer, de forma expressa, que o Gerenciamento de Riscos Ocupacionais (GRO) deve abranger os **fatores de risco psicossociais relacionados ao trabalho** (item 1.5.3.1.4). Na prática, eles entram no PGR com o mesmo rigor dos riscos físicos, químicos e de acidentes: identificados, avaliados, registrados no inventário e tratados num plano de ação.

27/08/2024	Portaria MTE 1.419/2024 publica a nova redação do capítulo 1.5.
15/05/2025	Portaria MTE 765/2025 adia a vigência para 26/05/2026 (ano de adaptação).
26/05/2026	Entra em vigor. Fiscalização com dupla visita, inicialmente orientativa.
25/06/2026	STF (ADPF 1316) suspende as multas e abre conciliação; suspensão prorrogada em 09/2026.
Hoje	A obrigação continua valendo; só as multas estão suspensas. A questão é "como comprovar".

O que são riscos psicossociais (e o que não são)

São condições da **organização do trabalho** que podem causar adoecimento: metas e ritmo, jornada, clareza de papéis, autonomia, apoio da liderança, relações, justiça, reconhecimento, gestão de mudanças, violência e assédio. O Guia do MTE lista 13 fatores de referência, todos no checklist (bloco B). A **NR-17** já trata da organização do trabalho e manda considerá-la na avaliação ergonômica (AEP e, quando necessário, AET); por isso a NR-1 e a NR-17 se usam juntas.

> **Não é avaliação clínica.** O MTE esclarece que o foco é a organização do trabalho, e não o rastreamento clínico individual. Exame médico periódico não substitui a identificação de perigos e a avaliação de riscos. Também não é sobre "diagnosticar" empregados: é sobre corrigir o que, no trabalho, gera o risco. **A pesquisa com questionário é uma das etapas da avaliação,** ao lado da AEP/AET, dos indicadores da empresa e da escuta dos trabalhadores.

Por que isso importa para a sua empresa

- **Fiscalização:** inventário, plano de ação e documento de critérios são documentos obrigatórios do PGR. Sem eles, há risco de autuação (hoje as multas estão suspensas pelo STF; a exigência continua).
- **Contratantes:** grandes empresas cobram o inventário de riscos das contratadas para integrar ao PGR da obra ou da planta.
- **Gestão de pessoas:** sobrecarga, conflito e falta de apoio aparecem em afastamentos, rotatividade, erros e acidentes. Tratar a causa organizacional é prevenção, não custo.
- **Prova documental:** em caso de afastamento ou ação trabalhista, o que vale é o que foi registrado e feito.

O que o PGR precisa mostrar

Segundo o documento *Perguntas e respostas sobre o capítulo 1.5 da NR-1* (MTE, maio/2026):

Documentos obrigatórios	Inventário de riscos, plano de ação e documento com os critérios adotados no GRO (gradações de severidade e probabilidade, níveis e decisão). A AEP (NR-17) também serve de evidência.
Método	A NR-1 não impõe ferramenta única: a empresa escolhe, mas precisa de coerência técnica. Um questionário isolado não comprova a gestão.
Onde registrar	Os resultados da metodologia devem ser anexados ao inventário de riscos e/ou à AEP.
Participação	A participação dos trabalhadores deve ser efetiva e contínua, com registros (consultas, reuniões, capacitações).
Quem conduz	A empresa define o responsável, com conhecimento técnico adequado. Pode ser equipe multiprofissional.
ME e EPP graus 1 e 2	Mesmo dispensadas do PGR, precisam da AEP, que passa a ser o documento obrigatório.

Os 5 erros mais comuns

- **Aplicar questionário e parar.** Sem classificação do risco, inventário e plano de ação, não há gestão.
- **Tratar como problema individual.** Palestra, ginástica ou apoio psicológico ajudam, mas não substituem mudanças em metas, jornada, fluxos e liderança.
- **Não ter critério escrito.** Sem o documento de critérios, a classificação do risco não se sustenta.
- **Expor quem respondeu.** Mostrar resultado de grupos muito pequenos quebra o anonimato e a confiança (e a LGPD).
- **Não ouvir os trabalhadores.** Participação simbólica não conta.

Como usar o checklist (próximas páginas)

1. Marque **Sim**, **Parcial** ou **Não** em cada item.
2. Anote a evidência (documento, data, responsável). Sem evidência, marque Parcial.
3. Some os pontos no fim. Os itens marcados "Não" são o seu ponto de partida.

PARTE 3 · AUTOAVALIAÇÃO

Checklist NR-1 Psicossocial: sua empresa está pronta?

A · Base e responsabilidades

Nº	Requisito	Sim	Parcial	Não	Evidência / observação
A1	O PGR da empresa está atualizado com a redação do capítulo 1.5 da NR-1 vigente desde 26/05/2026. Portaria MTE 1.419/2024; Portaria MTE 765/2025	☐	☐	☐	
A2	O GRO declara expressamente que abrange os fatores de risco psicossociais relacionados ao trabalho. NR-1, 1.5.3.1.4	☐	☐	☐	
A3	Há um responsável definido pela condução da avaliação dos riscos psicossociais (interno ou contratado). Boa prática	☐	☐	☐	
A4	A alta direção conhece o tema e aprovou recursos (tempo, pessoas, orçamento) para a avaliação. Boa prática	☐	☐	☐	
A5	Existe canal para relato de assédio e conflitos, com garantia de sigilo e sem retaliação. Boa prática; ligado ao fator 01	☐	☐	☐	

B · Identificação dos perigos — os 13 fatores do Guia MTE foram considerados?

Nº	Requisito	Sim	Parcial	Não	Evidência / observação
B1	01 Assédio de qualquer natureza no trabalho. Guia MTE	☐	☐	☐	
B2	02 Má gestão de mudanças organizacionais. Guia MTE	☐	☐	☐	
B3	03 Baixa clareza de papel ou função. Guia MTE	☐	☐	☐	
B4	04 Baixas recompensas e reconhecimento. Guia MTE	☐	☐	☐	
B5	05 Falta de suporte ou apoio no trabalho. Guia MTE	☐	☐	☐	
B6	06 Baixo controle no trabalho / falta de autonomia. Guia MTE	☐	☐	☐	
B7	07 Baixa justiça organizacional. Guia MTE	☐	☐	☐	
B8	08 Eventos violentos ou traumáticos. Guia MTE	☐	☐	☐	
B9	09 Baixa demanda no trabalho (subcarga). Guia MTE	☐	☐	☐	
B10	10 Excesso de demandas no trabalho (sobrecarga). Guia MTE	☐	☐	☐	
B11	11 Maus relacionamentos no local de trabalho. Guia MTE	☐	☐	☐	
B12	12 Trabalho em condições de difícil comunicação. Guia MTE	☐	☐	☐	
B13	13 Trabalho remoto e isolado. Guia MTE	☐	☐	☐	

C · Avaliação dos riscos

Nº	Requisito	Sim	Parcial	Não	Evidência / observação
C1	Existe o documento de critérios: gradações de severidade e de probabilidade, níveis de risco e critérios de classificação e decisão. NR-1, 1.5.4.4.2.2	☐	☐	☐	
C2	A avaliação usa método reconhecido (ex.: questionário como o HSE-IT ou o COPSOQ II) e/ou observação do trabalho. Boa prática	☐	☐	☐	
C3	A Avaliação Ergonômica Preliminar (AEP) considera os fatores psicossociais e seus dados entram no inventário. NR-17, 17.3.1; NR-1, 1.5.7.3.2 h	☐	☐	☐	
C4	Os trabalhadores foram ouvidos (questionário, entrevistas ou grupos) e a participação foi registrada. Boa prática	☐	☐	☐	
C5	O questionário é anônimo e os resultados só são mostrados para grupos com no mínimo 5 respondentes (formulário eletrônico recomendado). Boa prática; LGPD	☐	☐	☐	
C6	Indicadores da empresa foram cruzados: afastamentos, absenteísmo, rotatividade, queixas, horas extras. Boa prática	☐	☐	☐	

D · Inventário de riscos (conteúdo mínimo)

Nº	Requisito	Sim	Parcial	Não	Evidência / observação
D1	a) Processos e ambientes de trabalho caracterizados. NR-1, 1.5.7.3.2 a	☐	☐	☐	
D2	b) Atividades descritas. NR-1, 1.5.7.3.2 b	☐	☐	☐	
D3	c) Cada fator psicossocial descrito com sua fonte ou circunstância. NR-1, 1.5.7.3.2 c	☐	☐	☐	
D4	d) Possíveis lesões ou agravos à saúde indicados. NR-1, 1.5.7.3.2 d	☐	☐	☐	
D5	e) Grupos de trabalhadores expostos e quantidade indicados. NR-1, 1.5.7.3.2 e	☐	☐	☐	
D6	f) Medidas de prevenção já implementadas descritas. NR-1, 1.5.7.3.2 f	☐	☐	☐	
D7	g) Exposição caracterizada (tempo, frequência, intensidade). NR-1, 1.5.7.3.2 g	☐	☐	☐	
D8	h) Dados da AEP / avaliação de ergonomia incluídos. NR-1, 1.5.7.3.2 h	☐	☐	☐	
D9	i) Risco avaliado e classificado para o plano de ação. NR-1, 1.5.7.3.2 i	☐	☐	☐	
D10	O inventário é mantido atualizado e o histórico guardado por no mínimo 20 anos. NR-1, 1.5.7.3.3 e 1.5.7.3.3.1	☐	☐	☐	

E · Plano de ação

Nº	Requisito	Sim	Parcial	Não	Evidência / observação
E1	Cada risco classificado para ação tem medida de prevenção definida. NR-1, 1.5.5.2	☐	☐	☐	
E2	As medidas priorizam a organização do trabalho (metas, jornada, pausas, fluxos, liderança), não só ações individuais. Boa prática	☐	☐	☐	
E3	O plano tem cronograma, responsáveis, forma de acompanhamento e aferição de resultados. NR-1, 1.5.5.2.2	☐	☐	☐	
E4	Lideranças foram orientadas sobre o seu papel (apoio, comunicação de mudanças, prevenção de assédio). Boa prática	☐	☐	☐	

F · Comunicação, documentação e revisão

Nº	Requisito	Sim	Parcial	Não	Evidência / observação
F1	Os resultados e o plano foram apresentados aos trabalhadores e à CIPA (ou representante). Boa prática	☐	☐	☐	
F2	O PGR está disponível aos trabalhadores, ao sindicato e à Inspeção do Trabalho. NR-1, 1.5.7.2.1	☐	☐	☐	
F3	Há data prevista para reavaliar (ex.: anual, ou após mudanças, acidentes ou aumento de afastamentos). Boa prática	☐	☐	☐	

Pontuação	Leitura
Sim = 2 · Parcial = 1 · Não = 0 Máximo: 82 pontos (41 itens)	
65 a 82	Estrutura madura. Revise as evidências e mantenha a reavaliação em dia.
41 a 64	Base existe, mas há lacunas. Priorize os itens dos blocos C, D e E.
0 a 40	Risco alto de não conformidade. Comece pelos blocos A e B e pelo documento de critérios (C1).
Sua pontuação:	_____ pontos · data: ___/___/_____ · responsável: _____

PARTE 4 · PRÓXIMO PASSO

Encontrou lacunas? Transforme os "Não" em inventário e plano de ação

O checklist mostra **onde** estão as lacunas. Para fechá-las, você precisa registrar cada fator no inventário com o conteúdo mínimo da NR-1, classificar o risco com critério escrito e montar o plano de ação. É isso que as aulas e a planilha do kit ensinam a fazer.

Kit NR-1 Psicossocial – R$ 47

- **Duas aulas em vídeo**: a norma, os 13 fatores e os 3 passos (aula 1) e a planilha na prática, aba por aba (aula 2).
- **Material didático das aulas**: apostila e slides em PDF e planilha de inventário e plano de ação (Excel), com colunas nas alíneas a–i do 1.5.7.3.2, critérios editáveis, matriz 5×5 e nível, prazo e prioridade calculados.
- **Linha de exemplo preenchida** no inventário e no plano de ação, explicada coluna a coluna na aula 2.

salugen.com.br

Fontes

NR-1, capítulo 1.5 (redação da Portaria MTE 1.419/2024; vigência pela Portaria MTE 765/2025). MTE – Perguntas e respostas sobre o capítulo 1.5 da NR-1 (maio/2026). Manual GRO/PGR da NR-1 (MTE). Guia de fatores de riscos psicossociais (MTE). NR-17, item 17.3.1. STF, ADPF 1316 (2026).

Sobre as metodologias. Os instrumentos citados (COPSOQ, HSE-IT e Guia MTE) são públicos e de uso gratuito, conforme as regras de cada autor. A Salugen não vende esses instrumentos: oferece o método para aplicá-los de forma estruturada. A citação não significa apoio dos autores à Salugen.

Aviso. Material informativo da Salugen. Não substitui a avaliação técnica de cada empresa, que é de responsabilidade do profissional e da organização que conduzem o PGR. Os itens marcados "Boa prática" não são exigência literal da norma. © 2026 Salugen – SST e Engenharia. Distribuição gratuita permitida sem alterações; proibida a venda.

Salugen — Engenharia da prevenção · CNPJ 70.059.435/0001-97 · salugen.com.br