

**COMO MANTER RELAÇÕES
DE TRABALHO SAUDÁVEIS:**

**CUIDANDO DA SAÚDE
MENTAL**



São direitos dos trabalhadores urbanos e rurais, além de outros que visem à melhoria de sua condição social: **redução dos riscos inerentes ao trabalho, por meio de normas de saúde, higiene e segurança**

(Constituição Federal, art. 7º, XXII)

Ao sistema único de saúde compete, além de outras atribuições, nos termos da lei: colaborar na **proteção do meio ambiente, nele compreendido o do trabalho**

(Constituição Federal, art. 200, VIII)

Meio ambiente é o **conjunto de condições, leis, influências e interações de ordem física, química e biológica**, que permite, abriga e rege a vida em todas as suas formas

(Lei nº 6.938/1981, art. 3º, I)

O gerenciamento de riscos ocupacionais deve abranger os riscos que decorrem dos agentes físicos, químicos, biológicos, riscos de acidentes e riscos relacionados aos fatores ergonômicos, incluindo os fatores de risco psicossociais relacionados ao trabalho

(NR-1, item 1.5.3.1.4, red. Port.1.419/2024)

O controle da saúde dos empregados deve ser um processo preventivo planejado, sistemático e continuado, de acordo com a classificação de riscos ocupacionais e nos termos da NR-7

(NR-1, item 1.5.5.4.2, red. Port.1.419/2024)

 **NOTÍCIA****Segurança e Saúde no Trabalho (SST)****Normas Regulamentadoras - NR**

Adiado início da exigência sobre riscos psicossociais relacionados ao trabalho no PGR da NR 01

16 DE MAIO 25 • 17:00

por Superintendência de Relações do Trabalho

A Portaria MTE nº 765, de 15/05/2025, prorrogou para 25/05/2026 o início da vigência da nova redação do item “1.5 Gerenciamento de riscos ocupacionais” da NR 01 – Disposições Gerais e Gerenciamento de Riscos Ocupacionais

Os riscos psicossociais estão relacionados à **organização do trabalho** e às **interações interpessoais** no ambiente laboral, em fatores como metas excessivas, jornadas extensas, ausência de suporte, assédio moral, conflitos interpessoais e falta de autonomia, causando estresse, ansiedade, depressão e outros problemas de saúde mental

Saúde

TST manda empresa criar programa de vigilância epidemiológica

Decisão foi tomada após o acolhimento do pedido do MPT, que apontou irregularidades nas normas de segurança da empresa.

Da Redação

quarta-feira, 14 de maio de 2025

Atualizado às 11:37

Saúde

TST anula dispensa de gerente com burnout e determina reintegração

Decisão ressalta a importância de um ambiente de trabalho saudável e seguro.

Da Redação

segunda-feira, 1 de abril de 2025

Atualizado às 16:42

Medida

Empresas do ES já monitoram a saúde mental de funcionários; veja medidas

A partir de 26 de maio, começam a valer as atualizações de norma regulamentadora que trata do gerenciamento de riscos psicossociais nas organizações



ESTUDOS E PESQUISAS

"Urgência em responder mensagens de trabalho, até mesmo no horário de descanso, pode destruir, a curto e longo prazo, a saúde mental"

Com William Becker, professor da Virginia Tech University

Ações recomendadas:

1. Promover a **ergonomia e a saúde mental**
2. Incentivar o **autocuidado, com atividades físicas e hábitos saudáveis**
3. Realizar **palestras e acompanhamento constante**
4. Oferecer **benefícios e ambiente que melhore a qualidade de vida**
5. Disponibilizar **canais para manifestação dos colaboradores**

CUIDANDO DA SAÚDE MENTAL PARA MANTER RELAÇÕES DE TRABALHO SAUDÁVEIS:

**“A alegria faz bem à saúde;
estar sempre triste é
morrer aos poucos”**

(Provérbios de Salomão, 17.22)

MUITO OBRIGADO!

Henrique Nelson Ferreira

hnelsonferreira@gmail.com

28-99994-7464