

CHECKLIST ESPECIALIZADO NR-1: AVALIAÇÃO DE RISCOS PSICOSSOCIAIS E GERENCIAMENTO INTEGRADO DE SST

IDENTIFICAÇÃO DA ORGANIZAÇÃO

Razão Social: _____ CNAE
Principal: _____ Número de
Trabalhadores: _____
Responsável pela Avaliação: _____ Data da Avaliação: _____

INSTRUÇÕES DE USO

Este checklist foi desenvolvido com base na NR-1 (Portaria MTP 6.730/2020) e nas diretrizes do GRO (Gerenciamento de Riscos Ocupacionais) e PGR (Programa de Gerenciamento de Riscos), com ênfase nos **riscos psicossociais** frequentemente negligenciados pelas organizações.

Legenda de Conformidade:

- ☒ **CONFORME** - Implementado e documentado adequadamente
- ☐ **PARCIAL** - Implementado, mas com deficiências
- ☒ **NÃO CONFORME** - Não implementado ou gravemente deficiente
- N/A - Não aplicável

1. GERENCIAMENTO DE RISCOS OCUPACIONAIS (GRO) - ASPECTOS PSICOSSOCIAIS

1.1 Inventário de Riscos Psicossociais

Item	Critério de Avaliação	Status Evidências/Observações
1.1.1	A organização identificou formalmente os riscos psicossociais (carga mental excessiva, assédio, pressão temporal, conflitos interpessoais, monotonia, falta de autonomia)?	☐
1.1.2	Existe mapeamento de funções/setores com maior exposição a fatores de estresse ocupacional?	☐



Item	Critério de Avaliação	Status Evidências/Observações
1.1.3	Os riscos psicossociais estão documentados no PGR com a mesma rigorosidade dos riscos físicos, químicos e biológicos?	☐
1.1.4	Há avaliação de riscos relacionados ao trabalho remoto/híbrido (isolamento, dificuldade de desconexão, invasão do espaço doméstico)?	☐
1.1.5	A empresa avalia riscos de violência no trabalho (de terceiros, clientes, público externo)?	☐

1.2 Avaliação Qualitativa e Quantitativa

Item	Critério de Avaliação	Status Evidências/Observações
1.2.1	Utiliza instrumentos validados para mensuração de riscos psicossociais (ex: Copenhagen Psychosocial Questionnaire, Job Stress Scale, ERI)?	☐
1.2.2	Realiza análise de indicadores como absenteísmo, presenteísmo, turnover por setor?	☐
1.2.3	Correlaciona afastamentos médicos (CID F e Z) com ambientes/funções específicas?	☐
1.2.4	Há análise de queixas relacionadas a conflitos, sobrecarga ou condições de trabalho nos últimos 12 meses?	☐
1.2.5	A percepção dos trabalhadores sobre fatores psicossociais é coletada sistematicamente (entrevistas, grupos focais, questionários)?	☐

2. PROGRAMA DE GERENCIAMENTO DE RISCOS (PGR) - DIMENSÃO PSICOSSOCIAL

2.1 Estrutura Documental

Item	Critério de Avaliação	Status Evidências/Observações
2.1.1	O PGR contém capítulo ou anexo específico sobre riscos psicossociais?	☐
2.1.2	Há caracterização dos riscos por grupos homogêneos de exposição (GHE) incluindo fatores organizacionais?	☐
2.1.3	As medidas de prevenção para riscos psicossociais são concretas, mensuráveis e com prazos definidos?	☐



Item	Critério de Avaliação	Status Evidências/Observações
2.1.4	Existe plano de ação documentado para situações identificadas como de alto risco psicossocial?	☐
2.1.5	O PGR foi revisado nos últimos 24 meses considerando mudanças organizacionais (reestruturação, fusão, implementação de novas tecnologias)?	☐

2.2 Medidas de Prevenção Implementadas

Item	Critério de Avaliação	Status Evidências/Observações
2.2.1	Há política formal de combate ao assédio moral e sexual amplamente divulgada?	☐
2.2.2	Existem canais de denúncia confidenciais e seguros para questões psicossociais?	☐
2.2.3	A organização implementa pausas regulares e adequadas para funções de alta demanda cognitiva/emocional?	☐
2.2.4	Há programa de rodízio ou redesenho de tarefas para prevenir monotonia e sobrecarga?	☐
2.2.5	A empresa promove políticas de conciliação trabalho-vida pessoal (flexibilidade, banco de horas, home office estruturado)?	☐
2.2.6	Existe programa de apoio psicológico/emocional acessível a todos os trabalhadores?	☐
2.2.7	Lideranças recebem capacitação específica em gestão humanizada e prevenção de riscos psicossociais?	☐

3. CAPACITAÇÃO E COMUNICAÇÃO (NR-1, item 1.5.3.3)

3.1 Treinamentos Obrigatórios

Item	Critério de Avaliação	Status Evidências/Observações
3.1.1	Todos os trabalhadores receberam informações sobre riscos psicossociais aos quais estão expostos?	☐
3.1.2	Os treinamentos incluem conteúdo sobre saúde mental, sinais de alerta e autocuidado?	☐
3.1.3	Há registro formal de capacitação sobre prevenção de assédio e violência no trabalho?	☐



Item	Critério de Avaliação	Status Evidências/Observações
3.1.4	Gestores foram treinados para identificar sinais de sofrimento psíquico em suas equipes?	☐
3.1.5	A comunicação sobre riscos psicossociais é clara, acessível e livre de estigma?	☐

4. ANÁLISE ORGANIZACIONAL DO TRABALHO

4.1 Organização e Condições de Trabalho

Item	Critério de Avaliação	Status Evidências/Observações
4.1.1	As jornadas de trabalho respeitam os limites legais e há controle efetivo de horas extras?	☐
4.1.2	Existe análise de adequação entre demandas de trabalho e recursos disponíveis (pessoal, tempo, equipamentos)?	☐
4.1.3	Os trabalhadores possuem clareza sobre suas atribuições, responsabilidades e critérios de avaliação?	☐
4.1.4	Há mecanismos de participação dos trabalhadores em decisões que afetam seu trabalho?	☐
4.1.5	A empresa monitora e intervém em conflitos interpessoais e problemas de clima organizacional?	☐
4.1.6	Existe política de reconhecimento e valorização do trabalho realizado?	☐
4.1.7	As metas e cobranças são realistas e consideram a capacidade humana de execução?	☐

4.2 Fatores de Risco Específicos

Item	Critério de Avaliação	Status Evidências/Observações
4.2.1	Trabalhadores em atendimento ao público têm suporte para lidar com situações de conflito/agressividade?	☐
4.2.2	Funções com exposição a conteúdo traumático (saúde, segurança, perícia) têm acompanhamento psicológico regular?	☐
4.2.3	Há avaliação de riscos em trabalho isolado ou em turnos noturnos?	☐
4.2.4	Trabalhadores com alta responsabilidade sobre vidas/patrimônio têm sistemas de apoio adequados?	☐



Item	Critério de Avaliação	Status Evidências/Observações
4.2.5	Existe prevenção de riscos relacionados à insegurança no emprego (terceirizados, temporários, reestruturações)?	☐

5. MONITORAMENTO DA SAÚDE OCUPACIONAL (PCMSO INTEGRADO)

5.1 Vigilância em Saúde Mental

Item	Critério de Avaliação	Status Evidências/Observações
5.1.1	O PCMSO estabelece nexos epidemiológicos entre exposição a riscos psicossociais e agravos à saúde?	☐
5.1.2	Exames admissionais, periódicos e demissionais incluem avaliação de saúde mental quando pertinente?	☐
5.1.3	Há protocolo para encaminhamento de casos identificados com sofrimento psíquico?	☐
5.1.4	A empresa analisa dados agregados de saúde mental (preservando confidencialidade) para intervenções coletivas?	☐
5.1.5	Existe acompanhamento de trabalhadores em retorno após afastamento por transtornos mentais?	☐

6. GESTÃO DE MUDANÇAS E EMERGÊNCIAS

6.1 Preparação para Eventos Críticos

Item	Critério de Avaliação	Status Evidências/Observações
6.1.1	Há plano de apoio psicossocial para situações de crise (acidentes graves, violência, desastres)?	☐
6.1.2	A organização oferece debriefing psicológico após eventos traumáticos?	☐
6.1.3	Processos de mudança organizacional incluem avaliação prévia de impactos psicossociais?	☐
6.1.4	Existe comunicação transparente em momentos de incerteza organizacional?	☐

7. DOCUMENTAÇÃO E RASTREABILIDADE



7.1 Registros e Evidências

Item	Critério de Avaliação	Status Evidências/Observações
7.1.1	Todos os documentos relacionados ao GRO/PGR estão atualizados e acessíveis?	☐
7.1.2	Há registros de análises de acidentes/incidentes incluindo fatores psicossociais contribuintes?	☐
7.1.3	Atas de CIPA/reuniões de segurança abordam questões de saúde mental e organização do trabalho?	☐
7.1.4	Existe rastreabilidade de ações implementadas em resposta a diagnósticos de riscos psicossociais?	☐

8. CONFORMIDADE LEGAL E NORMATIVA

8.1 Atendimento à NR-1 e Normas Correlatas

Item	Critério de Avaliação	Status Evidências/Observações
8.1.1	A organização atende aos princípios de prevenção previstos no item 1.4.1 da NR-1?	☐
8.1.2	Há evidências de participação dos trabalhadores no GRO (item 1.5.3.4)?	☐
8.1.3	O tratamento de dados de saúde respeita a LGPD e direitos de privacidade?	☐
8.1.4	A empresa cumpre disposições específicas de outras NRs aplicáveis ao seu setor?	☐

CONSOLIDAÇÃO DE RESULTADOS

Resumo Quantitativo

Total de itens avaliados: _____

Conformes (☑): _____ | Parciais (⚠): _____ | Não conformes (✗): _____
| N/A: _____

Percentual de Conformidade: _____%

Classificação de Criticidade

● **CRÍTICO** (0-50%): Exposição grave a riscos psicossociais / Risco iminente de passivos trabalhistas e previdenciários



☐ **ATENÇÃO** (51-75%): Programa em desenvolvimento / Lacunas importantes que requerem ação

☐ **ADEQUADO** (76-100%): Gestão madura de riscos psicossociais / Melhoria contínua

PRINCIPAIS NÃO CONFORMIDADES IDENTIFICADAS

1. _____
 2. _____
 3. _____
 4. _____
 5. _____
-

RECOMENDAÇÕES PRIORITÁRIAS

Com base nesta avaliação, recomenda-se:

CURTO PRAZO (30-60 dias):

- ☐ _____
- ☐ _____

MÉDIO PRAZO (90-180 dias):

- ☐ _____
- ☐ _____

LONGO PRAZO (12 meses):

- ☐ _____
 - ☐ _____
-

OBSERVAÇÕES FINAIS

A gestão eficaz de riscos psicossociais não é apenas uma exigência legal, mas um diferencial competitivo que impacta diretamente na produtividade, retenção de talentos, redução de custos com afastamentos e fortalecimento da imagem corporativa.

Organizações que negligenciam estes aspectos enfrentam:



-  Passivos trabalhistas crescentes (dano moral, assédio, adoecimento)
-  Custos elevados com turnover e absenteísmo
-  Queda de produtividade e qualidade
-  Aumento de afastamentos previdenciários (FAP desfavorável)
-  Dificuldade em atrair e reter talentos

A prevenção é sempre mais econômica que a remediação.

Avaliador: _____

Assinatura: _____

Data: _____

