

## O PAPEL DAS NORMAS REGULAMENTADORAS NA PROTEÇÃO DA SAÚDE E DA DIGNIDADE DO TRABALHADOR

*Mariana Luiza Ludwig e Cibele Franco Bonotto Schafer*

### RESUMO

O presente estudo teve como objetivo analisar de que forma a adoção de medidas preventivas e o cumprimento das normas regulamentadoras acerca da proteção à saúde podem contribuir para a redução das doenças ocupacionais e para a promoção da dignidade do trabalhador. A pesquisa foi desenvolvida pelo método hipotético-dedutivo, de caráter descritivo, com base em revisão bibliográfica e análise de conteúdo. Os resultados indicaram que a proteção à saúde laboral ainda representa um desafio relevante no Brasil e que as doenças ocupacionais permanecem de difícil reconhecimento e notificação. Observou-se a importância da atuação da CIPA e do princípio da prevenção como exigência legal e estratégia de proteção aos trabalhadores. Também foi identificado que o avanço do teletrabalho trouxe novos desafios, como questões relacionadas à ergonomia e à saúde mental, exigindo maior atenção das empresas. A atualização da NR-1 e a implementação do Gerenciamento de Riscos Ocupacionais, incluindo os riscos psicossociais, representam avanços para ambientes mais saudáveis. Conclui-se que a aplicação efetiva das normas e medidas preventivas fortalece a proteção ao trabalhador e promove condições de trabalho mais seguras e equilibradas.

Palavras-chave: Trabalho. Dignidade. Saúde ocupacional. Normas regulamentadoras.

### 1 INTRODUÇÃO

O aumento de acidentes de trabalho e doenças ocupacionais representa um desafio crescente no Brasil (Gov, 2025). Além disso, o avanço do teletrabalho trouxe novos desafios relacionados à ergonomia doméstica e à saúde mental, tornando necessária a adaptação das normas de segurança (Melo; Sousa, 2025).

Diante desse cenário, torna-se essencial implementar medidas preventivas e respeitar normas regulamentadoras, como as NRs e a NR-1 atualizada, voltadas ao Gerenciamento de Riscos Ocupacionais (GRO), incluindo riscos psicossociais, garantindo proteção à integridade física e mental do trabalhador.

A problemática que orienta este estudo consiste em verificar que forma a adoção de medidas preventivas e o cumprimento das normas regulamentadoras podem reduzir doenças ocupacionais, promovendo a saúde e a dignidade do trabalhador? O objetivo é analisar os mecanismos legais e normativos de proteção à saúde ocupacional.

Levanta-se, assim, a hipótese de que a aplicação efetiva das normas e medidas preventivas tende a reduzir riscos laborais, fortalecer a proteção e dignidade do trabalhador e assegurar ambientes de trabalho mais saudáveis.

### 2 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

A Constituição Federal (Brasil, 1988) prevê, em seu art. 1º, o princípio da dignidade da pessoa humana como fundamento do Estado Democrático de Direito.

Nesse sentido, Soares (2024, p. 111) ressalta que “pela sua vontade racional, ao contrário das coisas, só a pessoa humana vive em condições de autonomia, logo, todo homem tem dignidade e não um preço, como as coisas.” Portanto, o princípio da dignidade da pessoa humana garante a todas as pessoas a proteção de sua integridade física e moral.

Já no campo da ordem econômica, o art. 170 da Constituição Federal (Brasil, 1988) destaca o trabalho humano e a livre iniciativa como bases do desenvolvimento, exigindo que os trabalhadores sejam devidamente resguardados. Como observa Martins (2015, p. 36) “o exercício da atividade econômica deve estar alinhado à valorização do trabalho humano, pois o trabalho humano é um dos recursos inexoráveis que está contido nos ativos intangíveis da empresa.”

Tais fundamentos reforçam a ideia de que a livre iniciativa econômica não pode se desenvolver em contraste com a utilidade social, sobretudo porque “a saúde do trabalhador está diretamente associada às suas condições laborais” (Santos, 2019, p. 09). Nesse sentido, o respeito à dignidade do trabalhador configura-se como princípio central no âmbito do Direito do Trabalho, que, ao longo dos anos, evoluiu para buscar o equilíbrio em ambientes laborais que não causem danos à saúde e à segurança da pessoa humana.

Para Martins (2025, p. 796), “o princípio da prevenção implica evitar determinados riscos imprevistos. Importa em adotar medidas amplas para antecipar medidas para evitar prejuízos à saúde do trabalhador.” Assim, quando a saúde do trabalhador é violada, a sua dignidade e utilidade social também são igualmente comprometidas.

Nessa direção, a Constituição Federal (Brasil, 1988), em seu art. 7º, inciso XXII, dispõe sobre a redução dos riscos inerentes ao trabalho por meio de normas de saúde, higiene e segurança. Já no inciso XXVIII do mesmo artigo, prevê o seguro contra acidentes de trabalho, a cargo do empregador.

Outro dispositivo fundamental é a Consolidação das Leis do Trabalho (CLT) (Brasil, 1943), que, a partir do art. 154, trata especificamente da segurança e da medicina do trabalho. O art. 157 impõe às empresas o dever de cumprir e fazer cumprir as normas de segurança e medicina do trabalho, além de instruir os empregados sobre os riscos profissionais e os meios de preveni-los. Já o art. 158 estabelece aos trabalhadores a obrigação de observar tais normas, utilizar os equipamentos de proteção individual (EPI) fornecidos pela empresa e colaborar com a prevenção de acidentes. Como enfatiza Martins (2025, p. 795) “trata-se de condições necessárias para a proteção da saúde do trabalhador no local de trabalho”.

Esses preceitos são complementados pelas Normas Regulamentadoras (NRs), previstas na Portaria MTE nº 3.214/78 (Brasil, 1978). Dentre elas, destaca-se a NR-17, que estabelece parâmetros para as condições de trabalho relacionadas à ergonomia, disciplinando atividades como levantamento, transporte e descarga de materiais, a fim de prevenir doenças decorrentes da atividade laboral.

Nesse mesmo sentido, Basile (2019, p. 208) observa que: “as normas regulamentadoras são de observância obrigatória pelas empresas privadas e públicas, órgãos da administração direta e indireta e dos Poderes Legislativo e Judiciário que possuam empregados regidos pela CLT.” Diante disso, reforça-se a necessidade de constante atenção à saúde dos trabalhadores, como condição essencial para a efetividade da dignidade humana no ambiente de trabalho.

### **3 METODOLOGIA**

Para o desenvolvimento do estudo foi utilizada uma abordagem pelo método hipotético-dedutivo. Quanto aos seus métodos e procedimentos se apresentou como uma pesquisa descritiva com revisão bibliográfica. Para a produção de dados foi utilizada a técnica de pesquisa bibliográfica com análise de conteúdo.

### **4 APRESENTAÇÃO, ANÁLISE E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS**

Em 2024, notícia divulgada pelo Ministério do Trabalho e Emprego apontou que no Brasil foram registrados 724.228 acidentes de trabalho. Desses, 74,3% foram acidentes típicos, 24,6% acidentes de trajeto e apenas 1% corresponderam a doenças ocupacionais, o que evidencia a dificuldade em reconhecer e notificar enfermidades relacionadas às atividades laborais (Gov, 2025). Nesse cenário, merece destaque a atuação da Comissão Interna de Prevenção de Acidentes e Assédio (CIPA), que, conforme Sanders, “tem como objetivo a prevenção de acidentes e doenças decorrentes do trabalho, e, por consequência, aponta medidas que previnam e orientem os trabalhadores nesse sentido” (2020, p. 154). Trata-se, portanto, de um mecanismo que assegura o bem-estar e a saúde dos empregados.

Para Calcini e Bianchi (2020, p. 186), “o acidente de trabalho afasta o empregado de suas tarefas, gerando prejuízos para ele próprio, para sua família, para a sociedade e para a empresa, que deixava de contar com aquele empregado.” Assim, a prevenção é tanto uma exigência legal quanto uma estratégia para proteger vidas e a sustentabilidade econômica das organizações.

A saúde ocupacional, porém, não se limita ao trabalho físico. O avanço do teletrabalho e das plataformas digitais traz desafios quanto à ergonomia doméstica e à saúde mental de trabalhadores. Melo e Sousa (2025) destacam a dificuldade das empresas em “garantir a ergonomia adequada em ambientes domiciliares, ou como promover a saúde dos trabalhadores à distância.”

Esse alerta é reforçado pela OMS e pela OIT, que em 2022 ressaltaram a importância de ações concretas voltadas à saúde mental. Estima-se que 12 bilhões de dias de trabalho sejam perdidos anualmente devido à depressão e ansiedade, gerando um custo de quase 1 trilhão de dólares à economia global (Opas, 2022).

Diante desse cenário, destaca-se a atualização da NR-1, prevista na Portaria nº 3.214/78 (Brasil, 1978), que estabelece diretrizes para o Gerenciamento de Riscos Ocupacionais (GRO), incluindo os riscos psicossociais. A norma, em vigor a partir de 26 de maio de 2026, representa um avanço na construção de ambientes de

trabalho mais saudáveis e faz com que as empresas de diversos setores tenham que adotar técnicas de proteção e prevenção da saúde mental dos colaboradores.

## 5 CONCLUSÃO

O estudo mostrou que o Brasil ainda registra um número alto de acidentes de trabalho, sendo a maior parte acidentes típicos, enquanto as doenças ocupacionais continuam pouco notificadas. Também se verificou que a prevenção, por meio das normas e da atuação da CIPA, é fundamental para diminuir riscos e proteger a saúde dos trabalhadores.

Outro ponto importante foi a constatação de que o teletrabalho trouxe novos desafios, como a ergonomia em casa e a saúde mental, que precisam de maior atenção. Nesse sentido, a atualização da NR-1 (Brasil, 1978), com o Gerenciamento de Riscos Ocupacionais (GRO) incluindo os riscos psicossociais, surge como um avanço para garantir ambientes de trabalho mais saudáveis.

Assim, a pesquisa cumpriu seu objetivo ao analisar os mecanismos legais e normativos de proteção à saúde ocupacional, concluindo que o cumprimento das normas e das medidas preventivas contribui para reduzir os riscos, preservar a dignidade do trabalhador e promover condições de trabalho mais seguras.

## 6 REFERÊNCIAS

BASILE. César Reinaldo Offa. **Direito do trabalho**: teoria geral, contrato de trabalho e segurança e saúde no trabalho. 9. ed. São Paulo: Saraiva Educação. 2019.

BRASIL. Constituição da República Federativa do Brasil de 1988. **Institui a Constituição Federal**. Diário Oficial da União: Brasília, DF [1988]. Disponível em: <[https://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/constituicao/constituicao.htm](https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/constituicao/constituicao.htm)> Acesso em 16 set. 2025.

BRASIL. Lei Nº 5.452, de 1º de maio de 1943. **Institui a Consolidação das Leis do Trabalho**. Diário Oficial da União: Brasília, DF [1943]. Disponível em: <[https://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/decreto-lei/del5452.htm](https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/decreto-lei/del5452.htm)>. Acesso em 16 set. 2025.

BRASIL. Ministério do Trabalho. Portaria nº 3.214, de 8 de junho de 1978. **Aprova as Normas Regulamentadoras – NR – do Capítulo V, Título II, da Consolidação das Leis do Trabalho relativas a Segurança e Medicina do Trabalho**. Diário Oficial da União: Brasília, DF [1978]. Disponível em: <[https://www.gov.br/trabalho-e-emprego/pt-br/assuntos/inspecao-do-trabalho/seguranca-e-saude-no-trabalho/sst-portarias/1978/portaria\\_3-214\\_aprova\\_as\\_nrs.pdf](https://www.gov.br/trabalho-e-emprego/pt-br/assuntos/inspecao-do-trabalho/seguranca-e-saude-no-trabalho/sst-portarias/1978/portaria_3-214_aprova_as_nrs.pdf)> Acesso em 16 set. 2025.

CALCINI. Ricardo Souza; BIANCHI. Alexandra Cristina Cypriano. 2020. **O novo normal no ambiente de trabalho e as suas consequências**. [Online]. Disponível em: <[https://juslaboris.tst.jus.br/bitstream/handle/20.500.12178/181112/2020\\_calcini\\_ricardo\\_novo\\_normal.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://juslaboris.tst.jus.br/bitstream/handle/20.500.12178/181112/2020_calcini_ricardo_novo_normal.pdf?sequence=1&isAllowed=y)>. Acesso em 14 set. 2025.

---

GOV. Ministério do Trabalho e Emprego. 2025. **Brasil registra maioria dos acidentes de trabalho com afastamentos curtos.** [Online] Disponível em: <<https://www.gov.br/trabalho-e-emprego/pt-br/noticias-e-conteudo/2025/abril/brasil-registra-maioria-dos-acidentes-de-trabalho-com-afastamentos-curtos>>. Acesso em 17 set. 2025.

MARTINS. Marcos Madeira de Mattos. **A empresa e o valor do trabalho humano.** 2. ed. São Paulo: Almedina. 2015.

MARTINS. Sergio Pinto. **Direito do trabalho.** 41. ed. São Paulo: Saraiva Jur. 2025.

MELO. Raimundo Simão de; ARISTEU. Bento de Souza. 2025. **A importância da atualização da NR-1: uma nova era para a segurança e saúde no trabalho.** [Online]. Disponível em: <<https://www.conjur.com.br/2025-mai-23/a-importancia-da-atualizacao-da-nr-1-uma-nova-era-para-a-seguranca-e-saude-no-trabalho/>>. Acesso em 18 set. 2025.

OPAS. Organização Pan-Americana de Saúde. 2022. **OMS e OIT fazem chamado para novas medidas de enfrentamento das questões de saúde mental no trabalho.** [Online]. Disponível em: <<https://www.paho.org/pt/noticias/28-9-2022-oms-e-oit-fazem-chamado-para-novas-medidas-enfrentamento-das-questoes-saude>>. Acesso em 16 set. 2025.

SANDES, Fagner; RENZETTI, Rogério. **Direito do trabalho e processo do trabalho.** 2. ed. São Paulo: Somos Educação. 2020.

SANTOS. Sérgio Sérgio Valverde Marques dos. **Saúde do trabalhador.** Porto Alegre: Sagah. 2019.

SOARES. Ricardo Maurício Freire. **O princípio constitucional da dignidade da pessoa humana.** 2. ed. São Paulo: Saraiva Jur. 2024.