XXI FAC-FEA LIVRE
Semana Acadêmica Cultural e XVII Encontro de iniciação Científica da FAC-FEA

SAÚDE MENTAL E SUA IMPORTÂNCIA NO AMBIENTE CORPORATIVO

Camila ANDRADE
Faculdade da Fundação Educacional Araçatuba (FAC-FEA)
e-mail: camilaandrade089@gmail.com

Lucas ALMEIDA
Faculdade da Fundação Educacional Araçatuba (FAC-FEA)
e-mail: carloslucas2314@gmail.com

José PACHECO FILHO
Faculdade da Fundação Educacional Araçatuba (FAC-FEA)
e-mail:joseroberto@feata.edu.br

Rahab PEREIRA
Faculdade da Fundação Educacional Araçatuba (FAC-FEA)
e-mail: rahabpereira08@gmail.com

Suellen GUALBERTO
Faculdade da Fundação Educacional Araçatuba (FAC-FEA))
e-mail:suellengualberto.2004@gmail.com

Vitória OLIVEIRA
Faculdade da Fundação Educacional Araçatuba (FAC-FEA))
e-mail:vargasvitoriacaroline@gmail.com

EIXO: Ciências Humanas, Sociais e da Saúde

RESUMO
O presente trabalho tem como objetivo discutir a importância da saúde mental no ambiente corporativo, destacando as contribuições da Norma Regulamentadora nº 1 (NR-1) para a promoção do bem-estar psicológico e social dos trabalhadores. Com as recentes atualizações, a NR-1 passou a incluir os riscos psicossociais no mesmo nível dos riscos físicos e químicos, reconhecendo o impacto das condições emocionais e organizacionais sobre o desempenho profissional e a qualidade de vida laboral. O estudo propõe a realização de uma palestra educativa voltada a gestores e colaboradores de uma empresa, buscando ampliar a conscientização sobre a relevância do cuidado integral no trabalho e o papel das empresas na prevenção do adoecimento mental. Assim, pretende-se fomentar uma cultura organizacional mais saudável, empática e sustentável.

Palavras-chave: ambiente de trabalho; NR-1; riscos psicossociais.

1 INTRODUÇÃO

A Norma Regulamentadora nº 1 (NR-1) representa um marco essencial no campo dasegurança e saúde do trabalho, pois estabelece os princípios gerais que norteiam todasas demais normas regulamentadoras. Sua relevância vai além da dimensão legal, já queinfluencia diretamente a organização dos ambientes laborais ao definir responsabilidadescompartilhadas entre empregadores e trabalhadores na prevenção de riscos ocupacionais.

Segundo o Ministério do Trabalho e Emprego (Brasil, 2024), a NR-1 passou por importantesatualizações que ampliaram seu alcance, respondendo a demandas contemporâneas darealidade laboral. Um dos pontos de maior destaque está na inclusão dos riscospsicossociais no mesmo nível de relevância que os riscos físicos e químicos. Comoobserva Obino Advogados (2024), essa mudança configura uma reformulação estrutural,pois desloca a norma de uma abordagem meramente formal para uma perspectiva maisintegrada de saúde e segurança no trabalho.

Essa inovação é particularmente significativa diante do crescimento dos casos deadoecimento mental relacionados à atividadeprofissional. De acordo com Pereira (2024), a nova redação da norma inaugura “uma nova era para a saúde mental noambientede trabalho”, ao reconhecer explicitamente a necessidade de prevenir odesgaste psíquico. Essa visão amplia o conceito dequalidade de vida laboral e estimulapráticas organizacionais que valorizam o bem-estar psicológico dos trabalhadores.

Entretanto, ainda que a atualização represente um avanço jurídico e conceitual, suaeficácia depende da forma como será implementada no cotidiano das empresas. Muitasorganizações, historicamente, tendem a encarar exigências legais apenas comoobrigações burocráticas, o que pode enfraquecer a proposta transformadora da NR-1.Nesse sentido, a norma coloca diante das organizações não apenas um conjunto deobrigações, mas também o desafio de desenvolver uma cultura genuinamente voltada aocuidado integral.

Dessa forma, a análise da NR-1 permite compreender que a saúde no trabalho deve serconcebida de forma abrangente, envolvendo tanto o corpo quanto a mente. Mais do queum instrumento jurídico, a norma se configura como uma oportunidade de ressignificaçãodo ambiente laboral, reforçando a necessidade de espaços de trabalho mais saudáveis, inclusivos e sustentáveis.

2 OBJETIVOS

Realizar uma palestra para gerentes e trabalhadores de empresa do segmento da tecnologia, apresentando a NR-1, de forma a estimular sua adaptação organizacional e promover a conscientização sobreos direitos e melhorias voltados ao desenvolvimento psicossocial no ambiente de trabalho

3 PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

A intervenção do Projeto Extensionista de Psicologia Organizacional e do Trabalho I, terá início como estudo exploratório, através de leitura e análise de literaturas pertinentes a Norma Regulamentadora nº1 (NR-1), tanto de forma coletiva, quanto individual pelos integrantes do grupo. Esta etapa terá o intuito de proporcionar o embasamento teórico necessário para a elaboração da atividade prática.

A intervenção será colocada em prática por meio da realização de uma palestra educativa em uma empresa do setor tecnológico, situada na cidade de Araçatuba, com duração aproximada de uma hora. A atividade será direcionada a todos os colaboradores da organização e terá como finalidade a promoção do conhecimento e da conscientização sobre os principais aspectos abordados pela NR-1.

Para a execução da atividade, serão utilizados os seguintes recursos metodológicos:

- Aparelho celular, utilizado para o registro fotográfico da intervenção, mediante autorização prévia da empresa e dos participantes;
- Questionário digital, elaborado em formato de formulário eletrônico, contendo perguntas relacionadas à NR-1;
- Material instrucional, composto por uma apresentação em slides, contendo informações teóricas e práticas sobre a norma em questão;
- Estrutura física da empresa, incluindo o espaço e os equipamentos necessários para a realização da palestra de forma adequada.

4 DESENVOLVIMENTO

O desenvolvimento do projeto será realizado em duas etapas que se complementam. Na primeira, os alunos farão uma visita presencial a uma empresa de tecnologia, com o objetivo de realizar um diagnóstico inicial do ambiente organizacional. Durante essa visita, será feita uma observação das rotinas de trabalho, buscando identificar práticas e possíveis

fatores de risco relacionados ao contexto psicossocial. junto com a aplicação de um questionário sobre os principais pontos da NR-1, destinado aos colaboradores e gestores da empresa. As informações obtidas nessa fase servirão de base para a elaboração de um questionário que será utilizado posteriormente.

Na segunda etapa, durante uma nova visita, será apresentada uma palestra, desenvolvida a partir dos dados coletados. Por fim, acontecerá uma roda de conversa mediada, com base nas informações levantadas, para trocar percepções, esclarecer dúvidas e incentivar a reflexão sobre as práticas observadas.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A realização desta atividade extensionista proporcionará ao grupo uma valiosa oportunidade de aprendizado prático e de autodesenvolvimento. Ao trabalhar com a NR-1 (Norma Regulamentadora nº 1), será possível compreender de forma mais profunda sua aplicação no ambiente de trabalho, reconhecendo sua importância para a segurança, saúde e organização das atividades laborais. A vivência em campo permitirá não apenas consolidar os conhecimentos teóricos adquiridos em sala de aula, mas também desenvolver novas habilidades, como a observação crítica, o trabalho em equipe e a capacidade de identificar e propor melhorias nos processos de segurança. Dessa forma, o projeto contribuirá significativamente para o crescimento profissional e acadêmico dos alunos participantes, fortalecendo a compreensão sobre a relevância da NR-1 no contexto das práticas de prevenção e gestão de riscos ocupacionais.

5 REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério do Trabalho e Emprego. **Norma Regulamentadora nº 1**. Disposições Gerais e Gerenciamento de Riscos Ocupacionais. Brasília, DF: Presidência da República, 2020. Disponível em: https://www.gov.br/trabalho e-emprego/pt-br/acesso-a-informacao/participacao- social/conselhos-e-orgaos-colegiados/comissao-tripartite-partitaria permanente/normas- regulamentadora/normas-regulamentadoras-vigentes/nr-1. Acesso em: 10 set. 2025.

PEREIRA, Sérgio Henrique da Silva Pereira. NR-1 e a nova era da segurança: enfoque na saúde mental no ambiente de trabalho. **Jusbrasil,** São Paulo, 2024. Disponível em: https://www.jusbrasil.com.br/artigos/nr-1-e-a- nova-era-da-seguranca enfoque-na-saude-mental-no-ambiente-de-trabalho 3176008845. Acesso em: 10 set. 2025.

OBINO ADVOGADOS. A importância da atualização da NR-1: uma nova era para a segurança e saúde no trabalho. Porto Alegre, 2024. Disponível em: https://www.obinoadvogados.com.br/conteudo/a-importancia-da-atualizacao-da-nr-1- uma-nova-era-para-a-seguranca-e-saude-no-trabalho/. Acesso em: 10 set. 2025.