

O mapa da NR-1 em 4 etapas

*A NR-1 é ampla; os riscos psicossociais (FRPRT) são **uma parte** dela. O RH puxa o mapa — mas a gestão é **compartilhada**: RH · Jurídico/compliance · SST · Liderança.*

1

Inventário

Mapear os fatores (FRPRT)

2

Avaliação

Priorizar por risco

3

Plano de ação

Dono, prazo e prova

4

Ciclo (PDCA)

Integrar e monitorar



ETAPA 1

Inventário dos FRPRT

Mapear o que, na organização do trabalho, adoece — não as pessoas, o sistema. A lista de fatores é de exemplos, não fechada.

O RH em pânico faz assim

- ✗ Dispara um **formulário de clima** genérico pra todo mundo e conclui "tá tudo bem".
- ✗ Só olha **quem já adoeceu** — e não o que, na operação, está adoecendo.
- ✗ Copia a lista de fatores de **outra empresa** sem olhar a própria realidade.
- ✗ Ignora dados que já tem porque "dá trabalho cruzar".

O RH dono do mapa faz assim

- ✓ Usa **instrumento validado** + escuta (grupos focais) nas áreas críticas.
- ✓ Cruza **absenteísmo, atestados de segunda, turnover por gestor** e INSS.
- ✓ Registra cada risco: **fator organizacional** → **consequência à saúde** → **grupo exposto**.
- ✓ Descobre que o risco **tem CEP**: concentra-se em 1 ou 2 áreas.

2

ETAPA 2

Avaliação e priorização

Transformar percepção em decisão: o que é urgente e o que pode esperar.

- **Método de matriz de risco** — severidade × probabilidade é o exemplo mais comum.
- Atribua **nível** e defina o que exige **ação imediata**; comece pelos **Críticos e Altos**.
- **Rastreabilidade**: a avaliação bate com o inventário, sem inconsistência.

	Rara	Possível	Frequente
Grave	Alto	Crítico	Crítico
Moderada	Médio	Alto	Crítico
Leve	Baixo	Médio	Alto

Evite

- ✗ Tratar **tudo como urgente** — e travar sem começar.
- ✗ Escolher a ação mais **barata e visível** (a palestra) só pra ter foto.
- ✗ Nível de risco que **não bate** com o inventário.

Faça

- ✓ Ataque primeiro o **crítico**: grave + frequente (ex.: sobrecarga na expedição).
- ✓ Deixe **registrado o porquê** de cada risco naquele nível.
- ✓ O que é baixo entra no **monitoramento**, não na gaveta.

3

ETAPA 3

Plano de ação

Todo risco avaliado vira uma linha com dono, prazo e prova. Sem isso, não existe.

O RH em pânico faz assim

- ✗ Cria um "**Programa de Bem-Estar**" paralelo que ninguém integra nem mede.
- ✗ Resolve no **indivíduo** (app de meditação) e não na fonte do problema.
- ✗ Ação **sem dono, sem prazo e sem evidência** — vira intenção.
- ✗ Manda "palestra motivacional" para uma equipe **sobrecarregada de escala**.

O RH dono do mapa faz assim

- ✓ Mexe na **fonte**: redesenha escala, meta e pausa reais.
- ✓ Cada risco vira **medida + responsável + prazo + evidência**.
- ✓ Pluga tudo no **PGR** (seção de FRPRT) — documento vivo, não anexo.
- ✓ Deixa a **prova pronta** para quando o auditor chegar.

4

ETAPA 4

Integração e ciclo (PDCA)

Cuidar não pode depender de herói: o que fica é a rotina que continua funcionando.

O RH em pânico faz assim

- ✗ Faz uma vez, **arquiva e esquece** até o próximo susto.
- ✗ Deixa tudo **no colo do RH**, sozinho.
- ✗ Trata o **gestor como espectador** do risco.
- ✗ Não tem **indicador** — não sabe se melhorou.

O RH dono do mapa faz assim

- ✓ Revisa em **ciclo** ($\geq 1\times/\text{ano}$) com indicadores acompanhados.
- ✓ Divide a responsabilidade: **RH · Jurídico · SST · Liderança**.
- ✓ **Capacita a liderança** — o gestor é controle de risco, não RH paralelo.
- ✓ Abre **canal de acolhimento** com confidencialidade e encaminhamento.

Do susto ao plano — 90 dias

DIAS 0–30

Enxergar

- Formar o grupo (RH, SST, jurídico, liderança)
- Levantar indicadores que já existem
- Escolher o instrumento
- Rodar o inventário nas áreas críticas

DIAS 31–60

Decidir

- Aplicar a matriz e classificar
- Definir os 3–5 riscos críticos
- Montar o plano (dono/prazo/prova)
- Inserir a seção no PGR

DIAS 61–90

Mover

- Executar as medidas na fonte
- Capacitar a liderança
- Ativar o canal de acolhimento
- Definir indicadores e 1ª revisão

MATERIAL GRATUITO · PARA PREENCHER

Baixe o Checklist NR-1

As 4 etapas + o plano de 90 dias, prontos para começar na sua operação.

bit.ly/3RGfJII

"A NR-1 não pede terapia de graça. Pede gestão de risco."



**Aponte a câmera
e baixe agora**
CHECKLIST NR-1