



ATENÇÃO: Essa apostila é destinada a capacitação e/ou reciclagem dos cooperados da cooperfleet. Portanto de uso interno e exclusivo, a mesma faz parte dos cursos ministrado pela Cooper Fleet, presencial ou virtual, sempre acompanhada por um palestrante.

A Inclusão dos Riscos Psicossociais na NR-1 e o Cooperativismo

Introdução

A Norma Regulamentadora nº 1 (NR-1), que estabelece as disposições gerais e o Gerenciamento de Riscos Ocupacionais (GRO), passou por atualizações significativas, incluindo a explícita consideração dos **riscos psicossociais** no ambiente de trabalho. Esta inclusão representa um avanço crucial na abordagem da segurança e saúde no trabalho, reconhecendo a interconexão entre a saúde mental, o bem-estar dos trabalhadores e a produtividade das organizações.

No contexto particular do **Cooperativismo**, a atenção aos riscos psicossociais ganha uma relevância ainda maior, considerando a natureza singular das relações de trabalho e a participação dos membros nas atividades e na gestão. Esta apostila tem como objetivo explicar o porquê dessa importante inserção na NR-1, detalhando o que são os riscos psicossociais e sua importância específica no ambiente cooperativista.

Capítulo 1: O que são Riscos Psicossociais?

Os riscos psicossociais referem-se às condições de trabalho que podem afetar a saúde mental e o bem-estar dos trabalhadores. Eles não se limitam apenas aos aspectos psicológicos individuais, mas abrangem a interação entre o trabalhador, seu trabalho e o ambiente organizacional. Em outras palavras, são as características da organização do trabalho, da gestão e do contexto social do trabalho que têm o potencial de causar danos psicológicos, sociais e físicos aos trabalhadores.

Principais Categorias de Riscos Psicossociais:

- Demandas do Trabalho: Carga de trabalho excessiva (quantitativa e qualitativa).
- Pressão de tempo e prazos apertados.
- Falta de clareza nas tarefas e responsabilidades.
- Trabalho monótono e repetitivo.
- Níveis elevados de concentração exigida.
- Controle e Autonomia: Baixa autonomia sobre como o trabalho é realizado.
- Falta de participação nas decisões que afetam o trabalho.
- Restrições na utilização de habilidades e conhecimentos.
- Relações Interpessoais no Trabalho: Comunicação inadequada ou inexistente.
- Conflitos interpessoais com colegas, superiores ou clientes/usuários.
- Assédio moral e sexual.
- Discriminação.
- Isolamento social no trabalho.
- Suporte Social e Liderança: Falta de apoio dos superiores e colegas.
- Liderança autocrática ou inconsistente.
- Falta de reconhecimento e feedback inadequado.
- Mudança e Insegurança no Trabalho: Mudanças organizacionais frequentes e mal comunicadas.
- Insegurança no emprego.
- Falta de perspectivas de carreira.

- **Interface Trabalho-Vida Pessoal:** Horários de trabalho inflexíveis.
- Dificuldade em conciliar trabalho e vida pessoal.
- Intrusão do trabalho na vida pessoal (e-mails, chamadas fora do horário).

Capítulo 2: Por que a Inclusão dos Riscos Psicossociais na NR-1?

A inserção explícita dos riscos psicossociais na NR-1 reflete uma crescente conscientização sobre a sua importância e o impacto significativo na saúde dos trabalhadores e no desempenho das organizações. Diversos fatores contribuíram para essa inclusão:

- **Reconhecimento da Saúde Mental como Parte da Saúde Integral:** A Organização Mundial da Saúde (OMS) e outros órgãos internacionais há tempos enfatizam que a saúde não é apenas a ausência de doença física, mas um estado de completo bem-estar físico, mental e social. A NR-1, ao abordar os riscos psicossociais, alinha-se a essa visão holística da saúde.
- **Evidências Científicas dos Impactos Negativos:** Pesquisas robustas demonstram que a exposição a riscos psicossociais pode levar a uma série de problemas de saúde, incluindo: **Transtornos Mentais:** Depressão, ansiedade, síndrome de burnout, estresse pós-traumático.
- **Problemas Físicos:** Doenças cardiovasculares, distúrbios gastrointestinais, dores musculoesqueléticas, enfraquecimento do sistema imunológico.
- **Comportamentos de Risco:** Abuso de substâncias, hábitos alimentares inadequados, sedentarismo.
- **Impacto no Desempenho e na Produtividade:** Os riscos psicossociais não afetam apenas a saúde dos trabalhadores, mas também o desempenho das organizações, resultando em: Aumento do absenteísmo e presenteísmo (trabalhador presente, mas com baixa produtividade).
 - Maior rotatividade de pessoal.
 - Redução da qualidade do trabalho.
 - Aumento do número de acidentes de trabalho (devido à falta de atenção e concentração).

- Clima organizacional negativo.
- **Alinhamento com Normativas Internacionais:** A inclusão dos riscos psicossociais na NR-1 coloca o Brasil em consonância com as recomendações e diretrizes de organizações internacionais e com a legislação de outros países que já abordam essa temática de forma mais explícita.
- **Necessidade de uma Abordagem Preventiva:** Ao reconhecer os riscos psicossociais, a NR-1 incentiva as organizações a adotarem uma abordagem proativa, identificando, avaliando e controlando esses riscos antes que causem danos à saúde dos trabalhadores.

Capítulo 3: A Relevância dos Riscos Psicossociais no Cooperativismo

No contexto do Cooperativismo, a atenção aos riscos psicossociais adquire nuances e uma importância particular devido às características intrínsecas desse modelo:

- **Relações de Trabalho Singulares:** As cooperativas frequentemente envolvem relações de trabalho que vão além da tradicional relação empregador-empregado. Os cooperados podem ser tanto trabalhadores quanto membros com poder de decisão, o que pode gerar dinâmicas psicossociais complexas relacionadas à participação, autonomia e responsabilidade.
- **Participação e Gestão Compartilhada:** A estrutura democrática e participativa do cooperativismo pode ser um fator de proteção contra alguns riscos psicossociais (maior autonomia, voz ativa). No entanto, se a participação não for efetiva ou se houver conflitos na gestão, isso pode se tornar uma fonte de estresse e insatisfação.
- **Identidade e Propósito:** Muitas vezes, os cooperados possuem um forte senso de identidade e propósito em relação à sua cooperativa. A percepção de injustiça, falta de reconhecimento ou problemas na gestão podem impactar significativamente seu bem-estar psicológico e seu engajamento.
- **Demandas Específicas de Setores:** As cooperativas atuam em diversos setores (agropecuário, crédito, saúde, etc.), cada um com suas próprias demandas e potenciais riscos psicossociais específicos. Por exemplo, a pressão por resultados

financeiros em cooperativas de crédito ou as demandas físicas e emocionais em cooperativas de saúde podem gerar estresse significativo.

- **Impacto na Sustentabilidade da Cooperativa:** Um ambiente de trabalho psicossocialmente saudável contribui para a retenção de talentos, o engajamento dos membros e, consequentemente, para a sustentabilidade e o sucesso da cooperativa a longo prazo. Problemas de saúde mental e um clima organizacional negativo podem minar os princípios cooperativistas e a coesão do grupo.

Capítulo 4: A NR-1 e a Gestão dos Riscos Psicossociais no Cooperativismo

A inclusão dos riscos psicossociais na NR-1 implica que as cooperativas, assim como outras organizações, devem incorporar esses riscos em seu Gerenciamento de Riscos Ocupacionais (GRO) e no Programa de Gerenciamento de Riscos (PGR). Isso envolve:

- **Identificação de Perigos Psicossociais:** As cooperativas devem realizar um levantamento abrangente para identificar os fatores de risco psicossocial presentes em seu ambiente de trabalho, considerando as particularidades de suas atividades e da relação com seus membros e colaboradores.
- **Avaliação dos Riscos Psicossociais:** Uma vez identificados os perigos, é necessário avaliar a magnitude dos riscos psicossociais, considerando a probabilidade de ocorrência de danos e a severidade desses danos à saúde dos trabalhadores.

Controle dos Riscos Psicossociais: Com base na avaliação, a cooperativa deve implementar medidas de controle para eliminar, reduzir ou mitigar os riscos psicossociais. Essas medidas podem envolver: **Organização do Trabalho:** Redesenho de tarefas, melhoria da comunicação, promoção da autonomia e participação.

Gestão de Pessoas: Implementação de políticas de combate ao assédio e à discriminação, desenvolvimento de lideranças positivas, promoção do reconhecimento e feedback.

Supporte Social: Fortalecimento das redes de apoio entre colegas e com a liderança, oferta de recursos de apoio à saúde mental.

Interface Trabalho-Vida Pessoal: Implementação de horários de trabalho flexíveis, promoção do equilíbrio entre trabalho e vida pessoal.

Monitoramento e Revisão: As medidas de controle implementadas devem ser monitoradas para verificar sua eficácia, e o PGR deve ser revisado periodicamente para garantir que os riscos psicossociais estejam sendo adequadamente gerenciados.

Treinamento e Conscientização: É fundamental que todos os membros e colaboradores da cooperativa sejam treinados e conscientizados sobre os riscos psicossociais, seus impactos e as formas de prevenção e controle.

Conclusão

A inclusão dos riscos psicossociais na NR-1 representa um marco importante na busca por ambientes de trabalho mais saudáveis e seguros. No contexto do Cooperativismo, essa atenção se torna ainda mais crucial, dada a singularidade das relações de trabalho e o potencial impacto desses riscos no bem-estar dos membros e na sustentabilidade das cooperativas. Ao integrar a gestão dos riscos psicossociais em seus PGRs, as cooperativas não apenas cumprem uma exigência legal, mas também investem na saúde, no engajamento e na produtividade de seus membros e colaboradores, fortalecendo os princípios cooperativistas e construindo um futuro mais justo e equitativo para todos.

OS.: Estamos a disposição para esclarecer quaisquer dúvidas.

Equipe: COOPERFLEET

MATERIAL DIDÁTICO PARA APRESENTAÇÃO



Página 7 de 7
COOPER FLEET - COOPERATIVA DE TRANSPORTES E LOGÍSTICA

SOMOS COOP CNPJ 36.618.405/0001-35
www.cooperfleet.org.br
Registro na OCB/OCESP sob o nº 00009266

