



LINHA DIRETA

Rio de Janeiro, 26 de maio de 2026.

Publicação Oficial do Sindicato dos Metroviários do Rio de Janeiro

ATUALIZAÇÃO DA NR1 ENTRA EM VIGOR

A atualização da NR-01 (Norma Regulamentadora nº 1) entrou em vigor oficialmente nesta segunda-feira, dia 26 de maio de 2026.

A nova regra estabelece diretrizes cruciais de saúde e segurança dos trabalhadores, com foco principal na saúde mental (riscos psicossociais).

Entre as principais exigências estão a Gestão de Riscos com a obrigatoriedade da inclusão de riscos psicossociais como: assédio, burnout e estresse no rol de Gerenciamento de Riscos Ocupacionais (GRO) e foco na prevenção onde as empresas precisam implementar medidas para prevenir ambientes hostis e sobrecarga, protegendo a dignidade e a saúde mental dos trabalhadores.

Entre as obrigações das Empresas está mapear os riscos específicos no PGR; avaliar fatores psicossociais críticos; prevenir eventos violentos e traumáticos; adequar o trabalho de turnos (escalas de serviço); gerenciar contratados com terceirizados de modo que a operadora metroviária também cubra os riscos das equipes terceirizadas de segurança, limpeza das estações e manutenção de trens, vias e outros equipamentos.

Com a NR1 amplia-se os direitos dos trabalhadores como: o direito de recusa para trabalhos inseguros e de risco iminente; o acolhimento Pós-Trauma com suporte psicológico especializado após presenciar ou lidar diretamente com acidentes fatais na via; o acesso aos Laudos Ambientais, inclusive de saúde mental, além da proteção à Jornada Mental com pausas ergonômicas adequadas e ambientes de descanso.

A participação ativa da CIPA será muito importante monitorando e fiscalizando a observância da aplicação da NR1.

A direção do sindicato vem fazendo, junto a empresa, um trabalho muito importante de encaminhamento dos principais fatores que levam o adoecimento físico e mental nos diversos setores da empresa, e entre as principais causas estão: a falta de efetivo e as múltiplas escalas de serviço que não cobrem todos os postos, a sobrecarga de trabalho, o aparecimento da síndrome de Burnout, além do estresse e da depressão de alguns trabalhadores e trabalhadoras metroviários.

A empresa tem se mostrado sensível a todos os fatores que a NR1 alcança e algumas ações preventivas e antecipadas já estão em prática na empresa, mas os trabalhadores precisam estar atentos aos riscos, aos sintomas e aos sinais do adoecimento mental e buscar ajuda especializada imediata.

A sua saúde mental deve ser sempre a prioridade.

