

**UNIVERSIDADE FEDERAL DE MINAS GERAIS
ESCOLA DE ENFERMAGEM
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM
GESTÃO DE SERVIÇOS DE SAÚDE
MESTRADO PROFISSIONAL EM GESTÃO DE SERVIÇOS DE SAÚDE**

Cintia da Silva Marcelino Nunes

**PRODUTO TÉCNICO/TECNOLOGICO RESULTANTE DO TRABALHO
“Saúde mental e trabalho: ações dos Centros de Referência em Saúde do
Trabalhador de Minas Gerais”**

Belo Horizonte
2025

Cintia da Silva Marcelino Nunes

PRODUTO TÉCNICO/TECNOLOGICO RESULTANTE DO TRABALHO
“Saúde mental e trabalho: ações dos Centros de Referência em Saúde do
Trabalhador de Minas Gerais”

Produto técnico/tecnológico resultante do Trabalho de Conclusão de Mestrado apresentado ao Curso de Mestrado Profissional do Programa de Pós-Graduação em Gestão de Serviços de Saúde, da Escola de Enfermagem da Universidade Federal de Minas Gerais, como requisito parcial para obtenção do grau de Mestre em Gestão de Serviços de Saúde.

Área de concentração: Gestão de Serviços de Saúde.

Linha de pesquisa: Política, Planejamento e Avaliação em Saúde.

Orientadora: Prof^a. Dr^a. Maria Odete Pereira.

Belo Horizonte
2025

CURSO “AVALIAÇÃO DOS RISCOS PSICOSSOCIAIS RELACIONADOS AO TRABALHO”

Os objetivos do curso é orientar sobre os riscos psicossociais no trabalho abordando os impactos à saúde dos trabalhadores, e capacitar os participantes no uso de instrumentos de identificação dos riscos psicossociais do trabalho.

O curso será realizado em parceria com o CEREST Estadual de Minas, instituição na qual a pesquisadora atua. Ocorrerá de forma presencial, em Belo Horizonte, nos dias 21 e 22 de outubro de 2025, compreendendo uma carga horária de 16h.

O público-alvo será a equipe dos CERESTs de MG, com a oferta de três vagas para o CEREST e uma vaga para Unidade Regional de Saúde/SES-MG.

1 Conteúdo Programático

- Riscos psicossociais: conceitos.
- Normas regulamentadoras: conceito e objetivos.
- Norma regularizadora 17(NR-17): avaliação das condições de trabalho, incluindo os fatores de risco psicossociais relacionados ao trabalho.
- Norma regularizadora 1(NR-1): diretrizes para o gerenciamento de todos os riscos ocupacionais.
- Programa de gerenciamento de riscos (PGR). Apresentação dos grupos de fatores de risco: físicos, químicos, biológicos, riscos de acidentes e ergonômicos, incluindo os fatores de risco psicossociais relacionados ao trabalho.
- Conceitos de perigo (potencial de causar risco) x risco (exposição à situação).
- Probabilidade x severidade.
- Avaliação ergonômica preliminar: identificação dos perigos e produção de informações para o planejamento das medidas de prevenção necessárias.
- Análise ergonômica do trabalho: o que é?
- Grupo homogêneo de exposição.
- Matriz de risco: conceito e objetivos.
- Sugestões de controle por fator de risco: práticas recomendadas.
- Avaliação dos fatores de risco psicossociais relacionados ao trabalho.

Ferramentas:

- Protocolo de Avaliação de Riscos Psicossociais no Trabalho (PROART).
- Job Stress Scale (JSS).
- Health Safety Executive – Indicator Tool (HSE-IT).
- NASA TLX – Índice Carga Tarefa.

2 Convite para os CERESTs e Unidades Regionais de Saúde (URS)



GOVERNO DO ESTADO DE MINAS GERAIS
Secretaria de Estado de Saúde
Coordenação de Vigilância em Saúde do Trabalhador

Ofício SES/SUBVS-SVE-DVAST-CSAT nº. 168/2025

Belo Horizonte, 13 de junho de 2025.

Prezadas equipes dos CERESTs Regionais e CEREST municipal de Belo Horizonte
Prezadas referências técnicas em saúde do trabalhador das Unidades Regionais de Saúde/URS-SES

Assunto: Convite para capacitação "Avaliação dos riscos psicossociais relacionados ao trabalho".

Referência: [Caso responda este Ofício, indicar expressamente o Processo nº 1320.01.0137120/2024-45].

Prezados(as),

Com cordiais cumprimentos, a Diretoria de Vigilância em Saúde Ambiental e Saúde do Trabalhador/SES-MG por meio do CEREST Estadual, convida para participar do curso "Avaliação dos riscos psicossociais relacionados ao trabalho". Os objetivos do curso é orientar sobre os riscos psicossociais no trabalho abordando os impactos à saúde dos trabalhadores, e capacitar os participantes no uso de ferramentas de identificação dos riscos psicossociais do trabalho.

O curso será ministrado pela servidora do CEREST Estadual, **Cintia da Silva Marcelino Nunes**. Informações adicionais a seguir:

Data: 21 e 22/10/2025.

Horário: 9h às 17h.

Carga horária: 16h.

Modalidade: presencial.

Local: Belo Horizonte. Cidade Administrativa, Prédio Minas, 9º andar.

Serão disponibilizadas 3 vagas por CEREST e 1 vaga por URS.

Os nomes dos participantes deverão ser informados até 30/09/2025, por e-mail: cintia.nunes@saude.mg.gov.br.

Conteúdo Programático

- Riscos psicossociais: conceitos.
- Normas regulamentadoras: conceito e objetivos.
- Norma regulamentadora 17(NR-17): avaliação das condições de trabalho, incluindo os fatores de risco psicossociais relacionados ao trabalho.
- Norma regulamentadora 1(NR-1): Diretrizes para o gerenciamento de todos os riscos ocupacionais.
- Programa de gerenciamento de riscos(PGR). Apresentação dos grupos de fatores de risco: físicos, químicos, biológicos, riscos de acidentes e ergonômicos, incluindo os fatores de risco psicossociais relacionados ao trabalho.
- Conceitos de perigo (potencial de causar risco) x risco (exposição à situação).
- Probabilidade x severidade.
- Avaliação ergonômica preliminar: identificação dos perigos e produção de informações para o planejamento das medidas de prevenção necessárias.
- Análise ergonômica do trabalho: o que é.
- Grupo homogêneo de exposição.
- Matriz de risco: conceito e objetivos.
- Sugestões de controle por fator de risco: práticas recomendadas.
- Avaliação dos fatores de risco psicossociais relacionados ao trabalho. Ferramentas:
 - o Protocolo de Avaliação de Riscos Psicossociais no Trabalho/PROART.
 - o Job Content Questionnaire - JCQ
 - o Health Safety Executive – Indicator Tool: HSE-IT.
 - o NASA TLX
 - o Copenhagen Psychosocial Questionnaire – COPSOQ II
 - o Maslach Burnout Inventory - MBI
 - o Self Report Questionnaire - SRQ 20

Atenciosamente

Cintia da Silva Marcelino Nunes
CEREST Estadual de Minas Gerais

Felipe Antônio Andrade Chaves
Diretoria de Vigilância em Saúde Ambiental e Saúde do Trabalhador



Documento assinado eletronicamente por **Cintia da Silva Marcelino Nunes, Servidor (a) Público (a)**, em 13/06/2025, às 15:04, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no art. 6º, § 1º, do [Decreto nº 47.222, de 26 de julho de 2017](#).



Documento assinado eletronicamente por **Felipe Antonio Andrade Chaves, Diretor (a)**, em 16/06/2025, às 10:36, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no art. 6º, § 1º, do [Decreto nº 47.222, de 26 de julho de 2017](#).



A autenticidade deste documento pode ser conferida no site

[http://sei.mg.gov.br/sei/controlador_externo.php?](http://sei.mg.gov.br/sei/controlador_externo.php?acao=documento_conferir&id_orgao_acesso_externo=0)

[acao=documento_conferir&id_orgao_acesso_externo=0](http://sei.mg.gov.br/sei/controlador_externo.php?acao=documento_conferir&id_orgao_acesso_externo=0), informando o código verificador **116002845** e o código CRC **A802D11F**.

3 Norma regulamentadora 1/NR-1 e a avaliação dos riscos psicossociais

A avaliação de riscos é um processo contínuo e sistemático que visa identificar e determinar os níveis de risco associados aos perigos a que os trabalhadores estão expostos. O levantamento dos riscos é a etapa inicial do gerenciamento de riscos de uma organização/empresa (Brasil, 2024).

Segundo o Ministério do Trabalho e Emprego (Brasil, 2024), “o gerenciamento de riscos ocupacionais deve abranger os riscos que decorrem dos agentes físicos, químicos, biológicos, riscos de acidentes e riscos relacionados aos fatores ergonômicos, incluindo os fatores de risco psicossociais relacionados ao trabalho”.

A NR-1 passou a incluir expressamente os fatores de riscos psicossociais relacionados ao trabalho no Gerenciamento de Riscos Ocupacionais (GRO), conforme Portaria MTE nº 1.419/2024. Isso significa que todas as organizações devem avaliar e controlar todos os perigos e riscos existentes na organização, incluindo os decorrentes de fatores de riscos psicossociais relacionados ao trabalho (Brasil, 2025, p. 5).

4 Instrumentos

4.1 Protocolo de Avaliação de Riscos Psicossociais no Trabalho (PROART)

O PROART define os riscos psicossociais como o conjunto de fatores relacionados à organização do trabalho, estilos de gestão, sofrimento e danos que afetam a saúde mental dos trabalhadores (Facas, 2021, p. 83).

Segundo Facas (2021, p. 83) o PROART tem como objetivos: “investigar as características da organização do trabalho; avaliar o estilo de gestão da organização; levantar os indicadores de sofrimento patogênico no trabalho; identificar os danos físicos, psicológicos e sociais decorrentes do trabalho”.

O PROART visa mapear os riscos psicossociais por meio de quatro escalas elaboradas para investigar esses fatores (Quadro 1). É importante notar que o PROART não pretende cobrir todas as dimensões da relação entre trabalho e saúde, nem oferecer soluções prontas. Portanto, é recomendável que as investigações sejam complementadas com outras formas de coleta de dados, especialmente as de natureza qualitativa, como entrevistas com os

trabalhadores, para obter uma compreensão mais abrangente (Facas, 2021, p. 93-97).

Quadro 1 – Escalas e fatores do PROART

Escala	Fator
Escala de organização do trabalho	1. Divisão das tarefas: busca avaliar o ritmo, prazos e condições oferecidas para a execução das tarefas. 2. Divisão social do trabalho: busca avaliar normas, comunicação, avaliação, autonomia e participação relativos ao trabalho.
Escala dos estilos de gestão	1. Estilo individualista: se caracteriza pela centralização das decisões no papel do gestor, forte sistema burocrático, valorização das regras em detrimento aos sujeitos, sistema disciplinar rígido e alto controle do trabalho. 2. Estilo coletivista: caracterizado por relações de troca bem estabelecidas entre seus membros, valorização da criatividade e inovação. Favorece a interação profissional e a promoção de um maior bem-estar das pessoas. Prioriza a busca de promoção, tem flexibilidade em relação aos níveis hierárquicos e valoriza o reconhecimento e o compromisso com o trabalho.
Escala de indicadores de sofrimento no trabalho	1. Falta de sentido no trabalho: se caracteriza por sentimentos de inutilidade ao fazer um trabalho que não tem sentido para si mesmo, nem é importante e significativo para a organização, clientes e/ou para a sociedade. 2. Esgotamento mental: se caracteriza por sentimentos de injustiça, desânimo, insatisfação e/ou desgaste com seu trabalho. 3. Falta de reconhecimento: se caracteriza por sentimentos de desvalorização, não aceitação e/ou admiração pelos colegas e chefias, e falta de liberdade para expressar o que pensa e sente em relação ao seu trabalho.
Escala de danos relacionados ao trabalho	1. Danos psicológicos: se caracteriza por sentimentos negativos em relação a si mesmo e a vida em geral. 2. Danos sociais: caracterizados por comportamentos de isolamento e dificuldades nas relações familiares e sociais.

	3. Danos físicos: caracterizados por dores no corpo e distúrbios biológicos.
--	--

Fonte: Elaborado pela autora, baseado em Facas (2021, p. 85-92).

4.1.1 Formulário (online) de aplicação e interpretação

Para aplicação online do PROART acessar o formulário pelo link:

- <https://docs.google.com/spreadsheets/d/1RXcsdbsFlmfKaRvj559HuEQIwLeSt1GA/edit?usp=sharing&ouid=118272302265473620700&rtpof=true&sd=true>

4.2 Job Stress Scale (JSS)

Robert Karasek propôs um modelo teórico que relaciona as demandas psicológicas (quantitativas e qualitativas) e o controle do trabalhador para realizar seu trabalho, com o risco de adoecimento mental. A escala mede o estresse no trabalho e permite que sejam investigadas associações com diversos desfechos de saúde em estudos (Alves *et al.*, 2004).

A escala considera o modelo de estresse no trabalho que destaca que a combinação de alta demanda psicológica e baixo controle sobre o trabalho pode causar desgaste e danos à saúde do trabalhador. Por outro lado, quando há alto controle e alta demanda, o trabalhador pode lidar melhor com as exigências. A situação ideal é quando há baixa demanda e alto controle. Além disso, o apoio social no trabalho, incluindo a interação com colegas e chefes, também é fundamental para a saúde do trabalhador. A falta de apoio social pode ter consequências negativas (Alves *et al.*, 2004).

4.2.1 Formulário (online) de aplicação e interpretação

Para aplicação online do JSS acessar o formulário pelo link:

- https://docs.google.com/spreadsheets/d/1cs8A-bNRwmNygIQA7Yc5zBce1RAL-z8t/edit?usp=drive_link&ouid=118272302265473620700&rtpof=true&sd=true

4.3 Health Safety Executive – Indicator Tool: HSE-IT

O HSE-IT se trata de “um questionário quantitativo para a identificação de sete fatores psicossociais que, segundo a percepção dos trabalhadores, podem desencadear estresse”. As questões do questionário são distribuídas em dimensões: demandas, controle, apoio das chefias, apoio dos colegas, relacionamentos, cargo, comunicação e mudanças (Lucca; Sobral, 2017).

4.3.1 Formulário (online) de aplicação e interpretação

Para aplicação online do HSE-IT acessar o formulário pelo link:

- https://docs.google.com/spreadsheets/d/1wQxYDNeR7TSNa2bFQn8ESjP2IkW7b2KQ/edit?usp=drive_link&oid=118272302265473620700&rtpof=true&sd=true

4.4 NASA TLX

A NASA TLX é uma escala de taxa multidimensional que avalia as taxas de carga de trabalho através da combinação de seis dimensões: mental, física, temporal, esforço, frustração e satisfação (Quadro 2).

Quadro 2 – Definição das seis dimensões que classificam a medida NASA TLX.

Dimensão	Definição
Mental	Quantidade da atividade mental e perceptiva que a tarefa necessita (pensar, decidir, calcular, lembrar, olhar procurar etc.).
Física	Quantidade de atividade física que a tarefa necessita (puxar, empurrar, girar, deslizar etc.)
Temporal	Nível de pressão temporal sentida. Razão entre o tempo necessário e o disponível.
Esforço	Grau de esforço mental e físico que o sujeito tem que realizar para obter seu nível de rendimento.
Frustração	Até que ponto o sujeito se sente inseguro, estressado, irritado, descontente etc., durante a realização da atividade.

Satisfação	Até que ponto o indivíduo se sente satisfeito com o nível de rendimento e desempenho no trabalho.
------------	---

Fonte: Elaborado pela autora, baseado em Manual NASA-TLX, (1981), citado por Cardoso (2010).

4.4.1 Formulário (online) de aplicação e interpretação

Para aplicação online do NASA TLX acessar o formulário pelo link:

- https://docs.google.com/spreadsheets/d/1A1h6nXyYXEmyZ9OGuz1LCHuCjdxchxOd/edit?usp=drive_link&ouid=118272302265473620700&rtpof=true&sd=true

REFERÊNCIAS

ALVES, M. G. de M. et al. Versão resumida da “Jobs stress scale”: adaptação para o português. *Revista de Saúde Pública*, v. 38, n. 2, p. 164-171. 2004. DOI: <https://doi.org/10.1590/S0034-89102004000200003>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rsp/a/55vCVJNVKpJcsGNjhpq5W4r/>. Acesso em: 13 jun. 2025.

BRASIL. Ministério do Trabalho e Emprego. *Guia de informações sobre os fatores de riscos psicossociais relacionados ao trabalho*. Brasília: MTE, 2025. 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/guia-nr-01-revisado.pdf>. Acesso em: 20 maio 2025.

BRASIL. Portaria MTE nº 1.419, de 27 de agosto de 2024. Aprova a nova redação do capítulo “1.5 Gerenciamento de riscos ocupacionais” e altera o “Anexo I - Termos e definições” da Norma Regulamentadora nº 1 (NR-1) – Disposições Gerais e Gerenciamento de Riscos Ocupacionais. *Diário Oficial da União*: seção 1. Brasília, DF, ano 162, n. 166, p. 131-132, 28 ago. 2024. Disponível em: <https://www.gov.br/trabalho-e-emprego/pt-br/assuntos/inspecao-do-trabalho/seguranca-e-saude-no-trabalho/sst-portarias/2024/portaria-mte-no-1-419-nr-01-gro-nova-redacao.pdf/view>. Acesso em: 20 maio 2025.

CARDOSO, M. de S. *Avaliação da carga mental de trabalho e do desempenho de métodos de mensuração: NASA TLX E SWAT*. 2010. Dissertação. (Mestrado em Engenharia de Produção – Ergonomia). Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2010. Disponível em: www.depositorio.ufsc.br. Acesso em: 10 jun. 2025.

CARLOTTO, M. S.; CÂMARA S. G. Análise fatorial do Maslach Burnout Inventory (MBI) em uma amostra de professores de instituições particulares. *Psicologia em Estudo*, v. 9, n. 3, p. 499-505, 2004. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pe/a/sqhs5pPk4QBspW3DKXrmxnP/>. Acesso em: 10 jun. 2025.

FACAS E. P. *PROART: Riscos psicossociais relacionados ao trabalho*. Porto Alegre: Editora Fi, 2021. Disponível em: <https://biblioteca.cofen.gov.br/wp-content/uploads/2022/02/riscos-psicossociais-relacionados-trabalho.pdf>. Acesso em 14 jun. 2025.

LUCCA, S. R.de; SOBRAL, R. C. Aplicação de instrumento para o diagnóstico dos fatores de risco psicossociais nas organizações. *Revista Brasileira de Medicina do Trabalho*, v. 15, n. 1, p. 63-72, 2017. Disponível em: <https://cdn.publisher.gn1.link/rbmt.org.br/pdf/v15n1a08.pdf>. Acesso em: 12 jun. 2025.