

**Etec Cel. Fernando Febeliano da Costa**

**Programa de Curso Técnico**

**Especialização em Segurança do Trabalho**

Dágina Santos Silva Moreira

**TÍTULO: A VIDA DO MOTORISTA PROFISSIONAL**

Sua situação na ergonomia e a influência da NR1 nos fatores psicossociais

Piracicaba

2025

Dágina Santos Silva Moreira

## **TÍTULO: A VIDA DO MOTORISTA PROFISSIONAL**

Sua situação na ergonomia e a influência da NR1 nos fatores psicossociais

Trabalho de Conclusão do Curso apresentado ao curso de Especialização de Técnico de Segurança do Trabalho da Etec Fernando Febeliano da Costa de Piracicaba, como parte dos requisitos necessários para a obtenção do título de Técnico em Segurança do Trabalho.

Orientador(a): Professora Mineia

Piracicaba - SP

2025



## **DEDICATÓRIA**

Dedico este Trabalho de Conclusão de Curso a Lucca Filho por muitos dias foi meu incentivo e ao meu esposo Diego, cujo apoio, incentivo e compreensão foram fundamentais para a realização desta pesquisa a Deise minha irmã que estudou Segurança do Trabalho só pra me ajudar quando estava difícil a compreensão. A vocês, minha gratidão por compartilharem comigo cada momento de esforço, aprendizado e conquista, tornando esta jornada mais leve, motivadora e significativa.

## RESUMO

O estudo tem como objetivo analisar as condições de trabalho e os impactos na saúde física e mental dos caminhoneiros, profissionais essenciais para o funcionamento da economia. A pesquisa identifica que a rotina desses trabalhadores é marcada por longas jornadas, prazos rígidos, isolamento social e condições precárias nas estradas, fatores que contribuem para o aumento do estresse e o surgimento de doenças cardiovasculares, problemas posturais e distúrbios emocionais. O método utilizado baseia-se na análise das principais dificuldades enfrentadas pela categoria, bem como na avaliação das políticas públicas voltadas à proteção desses profissionais, com destaque para a Lei nº 13.103/2015. A investigação discute que, embora a legislação preveja regulamentações sobre jornada e exames médicos, sua aplicação ainda é insuficiente, especialmente no que se refere ao suporte psicológico e à valorização da saúde mental. Os resultados evidenciam a necessidade de ações integradas entre Estado, empresas e sociedade, que promovam a segurança e o bem-estar dos motoristas. A pesquisa destaca a importância da Segurança do Trabalho como ferramenta de prevenção e do uso de tecnologias, como a telemetria, para reduzir riscos e monitorar condições de condução. Também ressalta o papel de programas institucionais, como os oferecidos pelo SEST SENAT, no atendimento e apoio aos caminhoneiros e suas famílias. Conclui que a valorização desses profissionais exige um compromisso coletivo, pautado em políticas humanizadas que garantam condições dignas, segurança nas estradas e qualidade de vida. Assim, o fortalecimento das medidas de saúde, segurança e apoio psicológico mostra-se essencial para a sustentabilidade da profissão e para o reconhecimento da relevância social e econômica dos caminhoneiros.

**Palavras-chave:** caminhoneiros; saúde do trabalhador; segurança no trabalho; condições de trabalho; saúde mental.

## Sumário

<b>TABELAS</b> .....	<b>10</b>
<b>OBJETIVOS</b> .....	<b>12</b>
<b>1.2 Objetivo Geral</b> .....	<b>12</b>
<b>1.3 Objetivos Específicos</b> .....	<b>12</b>
<b>2. ELEMENTOS TEXTUAIS</b> .....	<b>12</b>
<b>2.1 Ergonomia e o Trabalho do Motorista Profissional</b> .....	<b>13</b>
<b>2.2 Norma Regulamentadora NR 1 – Disposições Gerais e Gerenciamento de Riscos Ocupacionais</b> .....	<b>13</b>
<b>2.3 Norma Regulamentadora NR 17 – Ergonomia</b> .....	<b>14</b>
<b>2.4 Fatores Psicossociais e Síndrome de Burnout</b> .....	<b>15</b>
<b>3. RESULTADOS E DISCUSSÃO</b> .....	<b>16</b>
<b>3.1 Condições Ergonômicas e Físicas do Trabalho</b> .....	<b>16</b>
<b>3.2 Fatores Psicossociais e Síndrome de Burnout</b> .....	<b>16</b>
<b>3.3 Aplicação das Normas Regulamentadoras NR 1 e NR 17</b> .....	<b>17</b>
<b>3.4 Instituições e Programas de Apoio</b> .....	<b>18</b>
<b>3.5 Síntese dos Resultados</b> .....	<b>19</b>
<b>REFERÊNCIAS</b> .....	<b>20</b>

## 1. INTRODUÇÃO

O trabalho do motorista profissional é essencial para o funcionamento da economia brasileira, especialmente no setor de logística e transporte rodoviário. No entanto, essa profissão está repleta de desafios que vão além da simples condução de veículos, abrangendo questões de saúde física, mental e bem-estar.

As longas jornadas de trabalho, a exposição contínua a vibrações, ruídos e posturas inadequadas, bem como a pressão psicossocial gerada pelo estresse, isolamento e prazos rigorosos, tornam a ergonomia um fator crítico para a sustentabilidade dessa carreira. Tais condições, quando não geridas adequadamente, podem contribuir para o surgimento de doenças ocupacionais, incluindo a Síndrome de Burnout, caracterizada pelo esgotamento físico e emocional decorrente de atividades laborais desgastantes.

Neste contexto, as Normas Regulamentadoras (NRs) desempenham papel fundamental na proteção da saúde e segurança dos trabalhadores. A NR 1, que trata das disposições gerais e do gerenciamento de riscos ocupacionais, estabelece princípios e diretrizes para garantir ambientes de trabalho mais seguros. Já a NR 17, voltada especificamente à ergonomia, visa adaptar as condições de trabalho às características psicofisiológicas dos trabalhadores, buscando conforto, segurança e desempenho eficiente.

Este Trabalho de Conclusão de Curso (TCC) tem como objetivo analisar a vida cotidiana do motorista profissional, com foco em sua situação ergonômica, nos fatores psicossociais relacionados ao exercício da profissão, e no impacto da NR 1 e da NR 17 na melhoria das condições de trabalho. Além disso, aborda a legislação vigente que protege esses profissionais e o apoio oferecido por instituições como o SEST (Serviço Social do Transporte) e redes de apoio como os Postos Ipiranga, que fornecem serviços de assistência e suporte.

A motivação para este estudo surge da observação pessoal de como esses profissionais, muitas vezes invisíveis na rotina social, sustentam o país com seu trabalho árduo, mas enfrentam condições que podem comprometer sua saúde física e mental. Ao final, pretende-se propor reflexões e estratégias para uma logística mais humana, ergonômica e segura, que valorize o bem-estar do motorista e promova a sustentabilidade da profissão.

## TABELAS

**Tabela 1** – Principais Riscos Ergonômicos na Atividade de Motoristas Profissionais

<b>Fatores Ergonômicos</b>	<b>Descrição</b>	<b>Consequências Possíveis</b>	<b>Medidas Preventivas (NR 17)</b>
Postura prolongada e inadequada	Permanecer longos períodos sentado com má regulagem de assento e volante.	Dores lombares, hérnias, fadiga muscular.	Ajuste ergonômico dos bancos e pausas regulares.
Vibrações e trepidações	Vibrações contínuas do motor e da estrada.	Lesões na coluna, fadiga e desconforto físico.	Manutenção preventiva do veículo e assento amortecido.
Ruído e iluminação inadequada	Exposição constante a ruídos e luz artificial irregular.	Estresse auditivo e cansaço visual.	Uso de protetores auriculares e controle de iluminação.
Falta de pausas e descanso	Jornadas extensas sem intervalos suficientes.	Fadiga crônica, erros e acidentes.	Aplicação dos intervalos previstos pela CLT e NR 17.

**Fonte:** Adaptado de NR 17 (BRASIL, 1978; atualizada 2018) e SEST/SENAT (2023).

**Tabela 2** – Fatores Psicossociais Associados à Síndrome de Burnout em Caminhoneiros

<b>Fatores Psicossociais</b>	<b>Descrição</b>	<b>Impactos na Saúde Mental</b>	<b>Possíveis Ações Preventivas</b>
Isolamento social	Longos períodos longe da família e amigos.	Solidão, ansiedade e depressão.	Criação de redes de apoio e contato frequente com familiares.
Pressão por prazos	Cumprimento rigoroso de entregas sob prazos curtos.	Estresse, irritabilidade, exaustão.	Planejamento logístico mais humano e escalas equilibradas.
Falta de reconhecimento	Baixo prestígio social e pouca valorização profissional.	Desmotivação, sentimento de inutilidade.	Programas de valorização e incentivo das empresas.
Privação do sono e cansaço	Jornadas longas e sono irregular.	Déficit cognitivo, Burnout e risco de acidentes.	Pausas obrigatórias, educação do sono e ergonomia da cabine.

**Fonte:** Adaptado de Maslach & Leiter (2016); Silva et al. (2020); Souza & Lima (2019).

**Tabela 3** – Aplicação das Normas Regulamentadoras NR 1 e NR 17 para Motoristas Profissionais

<b>Norma Regulamentadora</b>	<b>Objetivo Principal</b>	<b>Aspectos Relevantes para Motoristas</b>	<b>Resultados Esperados</b>
<b>NR 1</b> (Portaria SEPRT n.º 6.730/2020)	Estabelece diretrizes gerais de segurança e saúde no trabalho, incluindo o GRO e PGR.	Identificação e controle dos riscos ergonômicos e psicossociais.	Redução de acidentes e promoção de bem-estar ocupacional.
<b>NR 17</b> (Portaria n.º 3.214/1978, atualizada)	Adapta as condições de trabalho às características psicofisiológicas do trabalhador.	Regulagem dos assentos, pausas, vibração, ruído e organização do trabalho.	Melhoria do conforto, da segurança e da eficiência dos motoristas.

**Fonte:** Ministério do Trabalho e Emprego (BRASIL, 2020; 2018).

**Tabela 4** – Instituições e Programas de Apoio ao Motorista Profissional

<b>Instituição / Programa</b>	<b>Serviços Prestados</b>	<b>Abrangência / Beneficiários</b>	<b>Contribuição para a Saúde e Bem-Estar</b>
<b>SEST / SENAT</b>	Atendimento médico, odontológico, psicológico e cursos de capacitação.	Motoristas autônomos e empregados.	Promoção da saúde física e mental.
<b>Postos Ipiranga RodoRede</b>	Estrutura de apoio (banho, alimentação, descanso).	Caminhoneiros em rotas longas.	Melhora das condições de descanso e higiene.
<b>Agência Nacional de Transportes Terrestres (ANTT)</b>	Regulamentação de jornada e descanso.	Empresas de transporte e autônomos.	Fiscalização e prevenção da fadiga.
<b>Sindicam / Fetransul / CNT</b>	Representação sindical e defesa de direitos trabalhistas.	Categoria de motoristas.	Apoio jurídico e promoção de políticas públicas.

**Fonte:** SEST/SENAT (2023); ANTT (2024); CNT (2024).

## **OBJETIVOS**

A seguir são descritos o objetivo geral e os objetivos específicos desta pesquisa.

### **1.2 Objetivo Geral**

O objetivo geral desta pesquisa é analisar as condições ergonômicas e psicossociais dos motoristas profissionais, considerando o impacto das Normas Regulamentadoras NR 1 e NR 17 e a incidência da Síndrome de Burnout, com o intuito de propor medidas que promovam uma melhoria na qualidade de vida e segurança desses trabalhadores.

### **1.3 Objetivos Específicos**

Os objetivos específicos desta pesquisa são:

- a) analisar os principais riscos ergonômicos e psicossociais enfrentados pelos motoristas profissionais no exercício de suas funções;
- b) verificar de que forma a aplicação das Normas Regulamentadoras NR 1 e NR 17 contribui para a prevenção de doenças ocupacionais e para a melhoria das condições de trabalho;
- c) discutir a influência dos fatores psicossociais e da Síndrome de Burnout na saúde mental e desempenho desses profissionais;
- d) identificar as ações de apoio oferecidas por instituições como o SEST e redes de serviços voltadas ao bem-estar do motorista;
- e) propor recomendações para tornar o ambiente de trabalho mais ergonômico, seguro e humanizado.

## **2. ELEMENTOS TEXTUAIS**

O referencial teórico deste trabalho tem por finalidade apresentar os principais conceitos, legislações e estudos relacionados à ergonomia no trabalho dos motoristas profissionais, às Normas Regulamentadoras NR 1 e NR 17, e à Síndrome de Burnout,

discutindo a importância desses elementos para a promoção da saúde e bem-estar no ambiente de trabalho.

## **2.1 Ergonomia e o Trabalho do Motorista Profissional**

A ergonomia é uma ciência que busca adaptar o trabalho ao ser humano, considerando suas limitações e capacidades físicas, cognitivas e emocionais. De acordo com a Associação Internacional de Ergonomia (IEA, 2010), o objetivo da ergonomia é otimizar o bem-estar humano e o desempenho global do sistema de trabalho.

No contexto do transporte rodoviário, a ergonomia assume papel central. O motorista profissional permanece longos períodos sentado, em posturas fixas e muitas vezes inadequadas, o que pode ocasionar dores lombares, lesões musculoesqueléticas e fadiga crônica. Além disso, o trabalho monótono, as jornadas prolongadas e a pressão por produtividade aumentam o risco de estresse e adoecimento mental.

A ausência de pausas adequadas, a má qualidade dos pontos de parada e o sono irregular também comprometem o desempenho e a segurança no trânsito, podendo gerar acidentes. Dessa forma, o estudo ergonômico dessa profissão deve considerar não apenas o design dos veículos e dos assentos, mas também os fatores organizacionais e psicossociais envolvidos..

## **2.2 Norma Regulamentadora NR 1 – Disposições Gerais e Gerenciamento de Riscos Ocupacionais**

A Norma Regulamentadora nº 1 (NR 1), atualizada pela Portaria SEPRT nº 6.730/2020, estabelece as disposições gerais sobre segurança e saúde no trabalho e define as diretrizes para o Gerenciamento de Riscos Ocupacionais (GRO) e o Programa de Gerenciamento de Riscos (PGR).

Essa norma determina que toda organização deve identificar, avaliar e controlar os riscos existentes em suas atividades, promovendo um ambiente de

trabalho mais seguro e saudável. Para os motoristas profissionais, a NR 1 é essencial, pois reconhece que os riscos não se limitam ao espaço físico da empresa, mas se estendem às atividades externas, como o transporte rodoviário.

Assim, empresas de transporte devem adotar medidas preventivas voltadas à saúde física e mental dos condutores, incluindo acompanhamento médico, treinamento sobre ergonomia e políticas de combate ao estresse e à fadiga. A implementação do PGR, quando realizada de forma efetiva, contribui para a redução de acidentes, melhoria das condições ergonômicas e prevenção de doenças ocupacionais.

### **2.3 Norma Regulamentadora NR 17 – Ergonomia**

A NR 17, aprovada pela Portaria nº 3.214/1978 e atualizada periodicamente, estabelece parâmetros que permitam a adaptação das condições de trabalho às características psicofisiológicas dos trabalhadores, de modo a proporcionar conforto, segurança e desempenho eficiente.

No caso dos motoristas, essa norma se aplica à análise de aspectos como:

- ajuste do assento e da posição do volante;
- níveis de vibração e ruído;
- iluminação do ambiente de trabalho (cabine);
- intervalos para descanso e pausas para alongamento;
- organização da jornada de trabalho.

O cumprimento da NR 17 é fundamental para minimizar os impactos físicos e mentais do trabalho sobre o corpo do motorista. Além disso, essa norma contribui diretamente para a redução da fadiga, melhoria da concentração e prevenção de acidentes, elementos que afetam não apenas a saúde do trabalhador, mas também a segurança nas estradas.

## 2.4 Fatores Psicossociais e Síndrome de Burnout

Os fatores psicossociais envolvem as condições organizacionais e relacionais que influenciam o comportamento e o bem-estar do trabalhador. No caso dos motoristas profissionais, o isolamento social, a pressão por prazos, a falta de reconhecimento e o cansaço físico e mental são elementos que contribuem significativamente para o surgimento da Síndrome de Burnout.

Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS, 2019), o Burnout é uma síndrome resultante de estresse crônico no ambiente de trabalho que não foi administrado com sucesso, caracterizada por exaustão emocional, sentimentos de negativismo ou cinismo e redução da eficácia profissional.

Os motoristas, por enfrentarem longas jornadas e estarem frequentemente distantes de suas famílias, estão entre os grupos mais suscetíveis a desenvolver esse quadro. Além disso, o sono irregular, a má alimentação e a pressão constante por produtividade agravam o risco de adoecimento.

O reconhecimento do Burnout como um problema ocupacional reforça a necessidade de políticas de saúde mental, acompanhamento psicológico e educação ergonômica voltadas para esse público, com o apoio de instituições como o SEST/SENAT e programas de empresas do setor de transporte.

Estudos recentes apontam que o Burnout tem se tornado cada vez mais comum entre profissionais do transporte rodoviário. Segundo Maslach e Leiter (2016), o esgotamento está diretamente ligado ao desequilíbrio entre as demandas do trabalho e os recursos disponíveis para enfrentá-las.

No caso dos caminhoneiros, fatores como longas jornadas, pressões econômicas, isolamento e privação de sono agravam o risco (Silva et al., 2020). Além disso, o uso de estimulantes e a falta de suporte social contribuem para o agravamento do quadro (Souza & Lima, 2019).

A literatura também evidencia que o Burnout impacta não apenas a saúde do trabalhador, mas também a segurança viária, aumentando o risco de acidentes (Oliveira et al., 2021).

### **3. RESULTADOS E DISCUSSÃO**

A análise da literatura científica e técnica sobre as condições de trabalho dos motoristas profissionais evidencia que a profissão apresenta uma combinação de riscos ergonômicos, psicossociais e organizacionais que tornam esses trabalhadores altamente vulneráveis ao desenvolvimento da Síndrome de Burnout e de outras doenças ocupacionais.

#### **3.1 Condições Ergonômicas e Físicas do Trabalho**

Os estudos sobre ergonomia aplicada ao transporte rodoviário (IEA, 2010; NR 17, BRASIL, 2018) mostram que o prolongado tempo sentado, aliado à falta de ajustes ergonômicos adequados nos assentos e volantes, contribui para o surgimento de dores lombares, hérnias e fadiga muscular.

Esses fatores estão entre os principais problemas relatados por motoristas, especialmente autônomos, que possuem menor acesso a veículos novos e manutenção preventiva (SEST/SENAT, 2023).

Além disso, a exposição contínua a vibrações, ruídos intensos e iluminação inadequada compromete a concentração e causa fadiga física e mental. Estudos recentes (Oliveira et al., 2021; Santos & Lima, 2022) apontam que tais condições estão diretamente associadas ao aumento do risco de acidentes rodoviários, demonstrando a importância da NR 17 na adaptação ergonômica do ambiente de trabalho.

#### **3.2 Fatores Psicossociais e Síndrome de Burnout**

A Síndrome de Burnout, segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS, 2019), é um distúrbio ocupacional caracterizado por exaustão emocional, despersonalização e redução da realização profissional. Entre caminhoneiros, os fatores desencadeantes mais citados são: isolamento social, pressão por prazos,

longas jornadas, sono irregular e falta de reconhecimento profissional (Maslach & Leiter, 2016; Silva et al., 2020). A literatura destaca que o isolamento social é um dos elementos mais críticos, já que o motorista permanece longos períodos distante de familiares e amigos, o que intensifica sentimentos de solidão e ansiedade (Souza & Lima, 2019). Associado a isso, a pressão por produtividade imposta por empresas e transportadoras leva a jornadas excessivas e redução do tempo de descanso, resultando em estresse crônico, privação de sono e aumento do risco de Burnout.

Pesquisas conduzidas pelo SEST/SENAT (2023) e pela Confederação Nacional do Transporte (CNT, 2024) indicam que mais de 60% dos motoristas relatam sintomas compatíveis com estresse elevado, e cerca de 35% apresentam sinais de esgotamento físico e mental. Esses dados reforçam a necessidade de políticas de saúde ocupacional e mental específicas para o setor.

### **3.3 Aplicação das Normas Regulamentadoras NR 1 e NR 17**

A NR 1 estabelece o Gerenciamento de Riscos Ocupacionais (GRO) e o Programa de Gerenciamento de Riscos (PGR), fundamentais para identificar e controlar riscos no ambiente de trabalho. Na prática, no setor de transporte, sua aplicação ainda é limitada, principalmente entre motoristas autônomos, que muitas vezes não contam com suporte institucional para o cumprimento dessas normas (MTE, 2020).

Já a NR 17, ao tratar da ergonomia, apresenta diretrizes que, se corretamente aplicadas, podem reduzir consideravelmente o impacto físico e mental do trabalho. No entanto, muitos caminhoneiros relatam ausência de pausas regulares, condições precárias nos pontos de parada e falta de incentivo das empresas para boas práticas ergonômicas (Oliveira et al., 2021).

A efetividade das NRs depende, portanto, da fiscalização constante e da conscientização tanto dos empregadores quanto dos motoristas sobre sua importância. Programas de capacitação e campanhas educativas promovidas pelo

SEST/SENAT têm se mostrado eficazes na redução de acidentes e no aumento da percepção de risco (CNT, 2024).

A NR 1 estabelece o Gerenciamento de Riscos Ocupacionais (GRO) e o Programa de Gerenciamento de Riscos (PGR), fundamentais para identificar e controlar riscos no ambiente de trabalho. Na prática, no setor de transporte, sua aplicação ainda é limitada, principalmente entre motoristas autônomos, que muitas vezes não contam com suporte institucional para o cumprimento dessas normas (MTE, 2020).

Já a NR 17, ao tratar da ergonomia, apresenta diretrizes que, se corretamente aplicadas, podem reduzir consideravelmente o impacto físico e mental do trabalho. No entanto, muitos caminhoneiros relatam ausência de pausas regulares, condições precárias nos pontos de parada e falta de incentivo das empresas para boas práticas ergonômicas (Oliveira et al., 2021).

A efetividade das NRs depende, portanto, da fiscalização constante e da conscientização tanto dos empregadores quanto dos motoristas sobre sua importância. Programas de capacitação e campanhas educativas promovidas pelo SEST/SENAT têm se mostrado eficazes na redução de acidentes e no aumento da percepção de risco (CNT, 2024).

### **3.4 Instituições e Programas de Apoio**

O papel de instituições como o SEST/SENAT, ANTT, CNT e sindicatos de motoristas é fundamental na promoção do bem-estar da categoria. Essas entidades oferecem atendimento médico, psicológico e odontológico, além de cursos de capacitação e campanhas sobre segurança viária e saúde mental.

Os Postos RodoRede, mantidos por redes privadas como os Postos Ipiranga, também contribuem para melhorar as condições de descanso e higiene, fatores diretamente ligados à redução do estresse e da fadiga (Ipiranga, 2023).

Apesar dessas iniciativas, ainda há carência de políticas públicas abrangentes, especialmente voltadas à saúde mental e prevenção do Burnout. A literatura aponta que o investimento em infraestrutura de apoio e em políticas de valorização profissional poderia aumentar a motivação e reduzir o absenteísmo e acidentes (Santos & Lima, 2022).

### **3.5 Síntese dos Resultados**

De forma geral, os resultados teóricos indicam que:

- A profissão de motorista de caminhão está entre as mais expostas a riscos físicos e psicossociais.
- A Síndrome de Burnout tem prevalência crescente nesse grupo, associada à sobrecarga, isolamento e falta de apoio.
- A aplicação das NRs 1 e 17 ainda é insuficiente, principalmente entre autônomos.
- Ações institucionais como as do SEST/SENAT são essenciais, mas precisam de maior abrangência nacional.
- É urgente promover estratégias intersetoriais de prevenção, unindo ergonomia, saúde mental e políticas de valorização profissional.

## REFERÊNCIAS

Norma Regulamentadora nº 1 – NR 1 – Disposições Gerais e Gerenciamento de Riscos Ocupacionais. Brasil. Ministério do Trabalho e Emprego. Portaria SEPRT n.º 6.730/2020. Disponível em: <https://www.gov.br/trabalho-e-emprego/pt-br/aceso-a-informacao/participacao-social/conselhos-e-orgaos-colegiados/comissao-tripartite-paritaria-permanente/normas-regulamentadoras/normas-regulamentadoras-vigentes/nr-1>.

Norma Regulamentadora nº 17 – NR 17 – Ergonomia. Brasil. Portaria MTb n.º 3.214/1978; alterações posteriores incluindo Portaria MTb n.º 876/2018. Disponível em: <https://www.gov.br/trabalho-e-emprego/pt-br/aceso-a-informacao/participacao-social/conselhos-e-orgaos-colegiados/comissao-tripartite-partitaria-permanente/arquivos/normas-regulamentadoras/nr-17-atualizada-2018.pdf>

MOREIRA, J. S.; LEAL, L. F. M.; BARBOSA, S. C. “Saúde Mental no Transporte Rodoviário de Carga: Olhar ao Caminhoneiro”. *Revista Psicologia & Saúde*, v. 14, n. 1, 2023. DOI:10.20435/pssa.v14i1.1725. Disponível em: <https://pssa.ucdb.br/pssa/article/view/1725>.. [pssa.ucdb.br](https://pssa.ucdb.br)

SANTOS, C. F.; JORGE, I. A.; SILVA, R. L.; TEIXEIRA, M. C. A. “Estudo do aumento de casos da Síndrome de Burnout em caminhoneiros”. In: XI FATECLOG – Gestão da Cadeia de Suprimentos no Agronegócio: Desafios e Oportunidades no Contexto Atual. Mogi das Cruzes/SP, 18-19 Junho 2021. ISSN 2357-9684.

“Jornada exaustiva e solidão afetam saúde mental de caminhoneiros”. Agência Brasil, 20 setembro 2025. Disponível em: <https://agenciabrasil.ebc.com.br/saude/noticia/2025-09/jornada-exaustiva-e-solidao-afetam-saude-mental-de-caminhoneiros>.

NR-1: nova norma destaca riscos psicossociais no trabalho e a importância do bem-estar dos funcionários”. SEGS Portal Nacional de Seguros, Saúde, Info, TI, Educação – 2025. Disponível em: <https://www.segs.com.br/seguros/417786-nr1->

[nova-norma-destaca-riscos-psicossociais-no-trabalho-e-a-importancia-do-bem-estar-dos-funcionarios/](#)

OLIVEIRA, A. P. et al. “Condições de trabalho e saúde mental de caminhoneiros no Brasil”. *Revista Brasileira de Saúde Ocupacional*, v. 46, 2021.

SILVA, J. R. et al. “Síndrome de Burnout e fatores associados entre caminhoneiros”. *Cadernos de Saúde Pública*, v. 36, n. 4, 2020.

SOUZA, F. M.; LIMA, R. P. “Estresse ocupacional e uso de substâncias entre motoristas de transporte rodoviário”. *Psicologia & Sociedade*, v. 31, 2019.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS). *Classificação Internacional de Doenças – CID-11*. Genebra, 2019.