



CENTRO UNIVERSITÁRIO VALE DO SALGADO (UNIVS)
BACHARELADO EM DIREITO

LORENA FERREIRA ROLIM

**O DIREITO FUNDAMENTAL À DESCONEXÃO NA SOCIEDADE DO CANSAÇO:
UMA ANÁLISE CRÍTICA DA JURISPRUDÊNCIA DO TRIBUNAL SUPERIOR DO
TRABALHO**

ICÓ-CEARÁ
2025

LORENA FERREIRA ROLIM

**O DIREITO FUNDAMENTAL À DESCONEXÃO NA SOCIEDADE DO CANSAÇO:
UMA ANÁLISE CRÍTICA DA JURISPRUDÊNCIA DO TRIBUNAL SUPERIOR DO
TRABALHO**

Projeto de pesquisa apresentado ao curso de Direito do Centro Universitário Vale do Salgado (UNIVS), como requisito para a obtenção de nota de aprovação na disciplina de Trabalho de Conclusão de Curso, sob a orientação do(a) Professor(a) Esp. Maria Karolina Viana Felipe.

LORENA FERREIRA ROLIM

**O DIREITO FUNDAMENTAL À DESCONEXÃO NA SOCIEDADE DO CANSAÇO:
UMA ANÁLISE CRÍTICA DA JURISPRUDÊNCIA DO TRIBUNAL SUPERIOR DO
TRABALHO**

Projeto de pesquisa apresentado ao curso de Direito do Centro Universitário Vale do Salgado (UNIVS), como requisito para a obtenção de nota de aprovação na disciplina de Trabalho de Conclusão de Curso.

Aprovado (a): ___/___/2025.

FICHA DE AVALIAÇÃO

Esp. Maria Karolina Viana Felipe.
Professor(a) Orientador(a)

Me. Ricelho Fernandes de Andrade
Professor(a) Avaliador(a) 1

Me. Yago Bruno Lima Vieira
Professor(a) Avaliador(a) 2

AGRADECIMENTOS

Consagre ao Senhor tudo o que você faz, e os seus planos serão bem-sucedidos. (Provérbios 16:3).

Agradeço a Deus pela oportunidade de concluir mais um capítulo desta caminhada.

Dedico também este trabalho à minha família e amigos. E em especial ao meu companheiro de vida, Luis Felipe, por todo apoio e dedicação nesta jornada.

Eterna gratidão à minha orientadora, Maria Karolina por conduzir esta pesquisa com compromisso e empatia. Que transformou cada encontro em uma lição não apenas acadêmica e sim, de vida e propósito.

O DIREITO FUNDAMENTAL À DESCONEXÃO NA SOCIEDADE DO CANSAÇO: UMA ANÁLISE CRÍTICA DA JURISPRUDÊNCIA DO TRIBUNAL SUPERIOR DO TRABALHO

RESUMO

A hiperconectividade tem conduzido os indivíduos à diluição das fronteiras entre vida pessoal e profissional. Essa condição impacta significativamente a saúde dos trabalhadores, suscitando a necessidade de refletir sobre o direito fundamental à desconexão no contexto jurídico brasileiro. O presente estudo analisa as transformações sociais no mundo do trabalho, a abordagem do Poder Judiciário e da doutrina sobre o tema, e investiga a lógica contemporânea das relações laborais. Trata-se de uma pesquisa básica, exploratória, com abordagem qualitativa e método hipotético-dedutivo, fundamentada em levantamento bibliográfico. Conclui-se que, diante das exigências contínuas por produtividade e disponibilidade, a regulamentação do direito à desconexão torna-se essencial para preservar o bem-estar físico e mental dos trabalhadores, promovendo um ambiente de trabalho mais equilibrado e saudável.

Palavras-chave: Direito à desconexão, sociedade do cansaço, saúde do trabalhador, hiperconectividade.

**THE FUNDAMENTAL RIGHT TO DISCONNECT IN THE SOCIETY OF
TIREDNESS: A CRITICAL ANALYSIS OF THE JURISPRUDENCE OF THE
SUPERIOR LABOR COURT**

ABSTRACT

Hyperconnectivity has led individuals to blur the boundaries between personal and professional life. This condition significantly impacts workers' health, raising the need to reflect on the fundamental right to disconnect in the Brazilian legal context. This study analyzes social transformations in the world of work, the approach of the Judiciary and the doctrine on the subject, and investigates the contemporary logic of labor relations. This is a basic, exploratory research, with a qualitative approach and a hypothetical-deductive method, based on a bibliographic survey. It is concluded that, given the continuous demands for productivity and availability, the regulation of the right to disconnect becomes essential to preserve the physical and mental well-being of workers, promoting a more balanced and healthy work environment.

Keywords: Right to disconnection, society of fatigue, worker health, hyperconnectivity.

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO.....	8
2 A QUARTA REVOLUÇÃO INDUSTRIAL E AS TRANSFORMAÇÕES NO MUNDO DO TRABALHO: OS FUNDAMENTOS SÓCIO HISTÓRICOS DE UMA NOVA ERA	9
3 O DIREITO FUNDAMENTAL À DESCONEXÃO NA SOCIEDADE DO CANSAÇO: A BUSCA POR UM MEIO AMBIENTE DE TRABALHO EQUILIBRADO.....	12
4 OS FUNDAMENTOS JURÍDICOS DO DIREITO À DESCONEXÃO: UMA ANÁLISE A PARTIR DA JURISPRUDÊNCIA DO TST.....	15
CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	19
REFERÊNCIAS.....	20

1 INTRODUÇÃO

Nos últimos anos, o avanço tecnológico e a crescente digitalização do trabalho geraram uma nova realidade laboral, caracterizada pela hiperconectividade e pela dissolução das fronteiras entre a vida profissional e pessoal. Nesse contexto, surge o direito fundamental à desconexão como uma necessidade emergente, visando garantir aos trabalhadores a possibilidade de se desvincular de suas atividades laborais fora do expediente, assegurando sua saúde física e mental.

A ausência de limites claros entre o tempo de trabalho e o descanso tem favorecido o crescimento de transtornos como estresse, ansiedade e síndrome de burnout. Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), essas condições afetam 18 milhões de brasileiros.

Esse fenômeno é descrito pelo autor Byung-Chul Han (2015) como "sociedade do cansaço", uma realidade em que os indivíduos não apenas se veem sobrecarregados por exigências externas, mas também se auto exploram na busca incessante por produtividade e eficiência, evidenciando a necessidade de um olhar jurídico e normativo sobre o tema.

No Brasil, a legislação trabalhista aborda, de forma indireta, a necessidade de proteção ao trabalhador, por meio dos artigos 6º e 7º da Constituição Federal e do artigo 66 da Consolidação das Leis do Trabalho (CLT), que garantem o direito ao descanso e a limitação da jornada laboral. Entretanto, a falta de uma regulamentação específica sobre o direito à desconexão expõe os trabalhadores à vulnerabilidade dos seus direitos, dificultando a delimitação entre a jornada de trabalho e os momentos de lazer e recuperação.

Frente a esse panorama, o estudo tem como problema de pesquisa a seguinte indagação: existe um direito fundamental à desconexão em uma sociedade marcada pelo cansaço? A sua justificativa está embasada na relevância do tema tanto para os trabalhadores, que enfrentam pressões constantes para estarem sempre disponíveis, quanto para as empresas, que devem compreender a importância de preservar a saúde de seus funcionários para garantir um ambiente de trabalho sustentável e produtivo. Além disso, a pesquisa contribui para a comunidade acadêmica ao fomentar discussões e embasar futuros estudos sobre o direito à desconexão e suas implicações jurídicas e sociais.

O objetivo geral deste estudo é analisar a existência e a aplicação do direito fundamental à desconexão no contexto jurídico brasileiro, avaliando seus reflexos na saúde dos trabalhadores em uma sociedade marcada pelo cansaço. Para tanto, serão abordados três objetivos específicos: investigar as transformações sociais ocorridas no mundo do trabalho;

perquirir a lógica do mundo do trabalho na sociedade contemporânea e compreender como o Poder Judiciário e a doutrina tratam o direito à desconexão.

Metodologicamente, a pesquisa possui uma abordagem qualitativa, de natureza básica e caráter exploratório, conduzida pelo método hipotético-dedutivo que, segundo Popper (2002), parte da formulação de hipóteses gerais testadas por meio da análise lógica e empírica. O presente estudo assume a hipótese de que a ausência de regulamentação específica sobre o direito à desconexão gera decisões judiciais inconsistentes e prejudica a proteção à saúde dos trabalhadores.

Com isso o estudo, será realizado por meio de uma revisão bibliográfica de doutrina, jurisprudência e legislação. Analisando como o direito à desconexão é tratado no ordenamento jurídico brasileiro, principalmente em relação às decisões do Tribunal Superior do Trabalho (TST), explorando a fundamentação jurídica utilizada pelos ministros e as eventuais divergências entre as turmas do tribunal.

Dessa forma, esta pesquisa busca contribuir para a compreensão e o aprimoramento da regulamentação do direito à desconexão, para identificar padrões, omissões ou incoerências interpretativas que reforcem a necessidade de um marco regulatório claro. Visando garantir um ambiente de trabalho equilibrado, que respeite os limites entre as esferas profissional e pessoal, protegendo a dignidade e o bem-estar dos trabalhadores.

2 A QUARTA REVOLUÇÃO INDUSTRIAL E AS TRANSFORMAÇÕES NO MUNDO DO TRABALHO: OS FUNDAMENTOS SÓCIO HISTÓRICOS DE UMA NOVA ERA

Durante séculos, o trabalho desempenhou um papel importante na experiência humana, influenciando não apenas a economia, mas também a sociedade e a vida cotidiana (Rocha, Lima e Waldman, 2020).

Por volta de 1760, a Inglaterra testemunhou o início da Primeira Revolução Industrial. Que transformou as atividades econômicas ao substituir as produções artesanais por um modelo de produção em massa, especialmente no setor têxtil, utilizando máquinas de ferro movidas a carvão. Nesse contexto, a exploração da força de trabalho alcançou níveis sem precedentes, apoiada da liberdade de contratação e pela ausência de direitos trabalhistas, mulheres e crianças predominavam como operários nas fábricas, uma vez que seus salários eram inferiores aos dos homens, enfrentando jornadas extenuantes que variavam entre 12 e 16 horas diárias (Beltramelli Neto e Melo, 2023).

Em decorrência, surgiu em meados do século XIX a Segunda Revolução Industrial, tendo como protagonistas a eletricidade, a química e o petróleo. Esta época ficou caracterizada pela massificação da manufatura e pelo avanço das tecnologias. Ocorreram progressos não apenas tecnológicos, mas também geográficos, simbolizando o instante em que a revolução ultrapassou as fronteiras da Inglaterra, se expandindo para outros países (Rocha, Lima e Waldman, 2020).

O autor, Jorge Luiz Souto Maior (2003), defende que essa etapa estimulou o surgimento de movimentos sindicais e a necessidade de leis que regulassem as condições laborais. Diante dessa perspectiva, vários países criaram leis trabalhistas essenciais, tais como a restrição da carga horária e a regulamentação do trabalho infantil. Essas diretrizes visavam proteger a saúde física e mental dos trabalhadores, que enfrentavam longas jornadas de trabalho e um ritmo de produção acelerado.

Ademais, a Terceira Revolução Industrial possibilitou a expansão do imperativo capitalista ao ampliar a produção, através do uso de máquinas e equipamentos, como também por meio da gestão científica dos processos de produção, com os sistemas de Taylorismo, Fordismo e Toyotismo (Beltramelli Neto e Melo, 2023).

A produção baseada na demanda, aliada à crescente informatização, resultou em uma necessidade cada vez menor de trabalhadores para a produção, caracterizando a "era da empresa enxuta" promovendo uma migração constante de trabalhadores da indústria para o setor terciário, impulsionando economias informais e regimes jurídicos flexíveis para contratação e organização da jornada de trabalho (Antunes, 2008).

Portanto, esse cenário, juntamente com as iniciativas internacionais em defesa dos direitos humanos, a atuação da Igreja e a pressão dos movimentos operários, resultaram para o Estado a obrigação de realizar intervenções nas relações contratuais trabalhistas, de modo a garantir direitos e proteger a parte mais vulnerável, qual seja, o trabalhador hipossuficiente (Resende, 2020).

Com isso, a Revolução Industrial foi um marco que transformou profundamente as relações de trabalho, estruturando novas regras de organização. Essa mudança exigiu uma nova cultura no ambiente laboral, onde os trabalhadores passaram a trocar o seu tempo e esforço por uma remuneração fixa (Martins, 2024).

Atualmente vivemos a Quarta Revolução Industrial¹ ou a Revolução Cibernética. Segundo o autor Klaus Schwab (2016), esta nova fase se refere à era das indústrias 4.0, tendo como base as TIC(s) (Tecnologia da Informação e Comunicação), alterando totalmente as relações trabalhistas, ensejando uma nova morfologia ao que se entende como trabalho. Essa recente divisão global do trabalho fundamenta-se na exploração do trabalho intelectual e concentra-se no setor de serviços.

Consoante o autor Antunes (2020), apresenta que a Quarta Revolução Industrial acentua as formas de precarização do trabalho por meio da "uberização" e da informatização digital, em que o trabalhador, embora conectado, encontra-se desprotegido e sujeito a jornadas imprevisíveis. A terceirização, o trabalho intermitente e o teletrabalho são modalidades típicas desse estágio de exploração do capital (Beltramelli Neto e Melo, 2023).

Esse novo cenário impacta profundamente o mercado de trabalho, pois aumenta a expectativa de conectividade e disponibilidade dos trabalhadores, redefinindo o conceito de jornada laboral e desafiando a estrutura de trabalho tradicional.

Diante disso, surgiram novas possibilidades para o trabalhador não apenas trabalhar em qualquer lugar, mas também em horário indefinido. Esta flexibilização, em muitos casos, é levada ao extremo, potencializando as situações de prolongamento da jornada laboral, pelo fato do trabalhador não conseguir, efetivamente, se desconectar do seu ambiente de trabalho (Lambelho, 2020).

A Organização Internacional do Trabalho (OIT, 2023) aponta que, no mundo, os trabalhos realizados de forma remota geraram um aumento de 30% no tempo médio de conexão do trabalhador em seu ambiente laboral. Evidenciando a necessidade de regulamentação para equilibrar o tempo de trabalho e descanso.

Apesar de diversas mudanças durante séculos, o direito do trabalho continua em constante mudança e evolução. A autora, Angela (Davis, 2018), evidencia que as lutas por melhorias nas condições de trabalho são contínuas. Pois, embora tenhamos na história grandes marcos de revoluções, reivindicações que proporcionaram progresso para o desenvolvimento econômico, promoveram, em contrapartida, desigualdade social e exploração.

Assim, cada revolução trouxe novas possibilidades, bem como desafios para o direito laboral, que necessita incessantemente inovar para acompanhar as demandas do trabalhador contemporâneo. Em uma era de economia digital e emprego sob demanda, assegurar a

¹Existem estudos sobre a Quinta Revolução Industrial tida como uma fase de humanos superinteligentes. Nela, a mente humana se readapta para uma sociedade que reflete informações selecionadas, conforme o que você imagina ou deseja. (Rocha, Lima e Walsman, 2020).

dignidade e os direitos dos empregados se tornou um dos principais impasses para os juristas e legisladores.

3 O DIREITO FUNDAMENTAL À DESCONEXÃO NA SOCIEDADE DO CANSAÇO: A BUSCA POR UM MEIO AMBIENTE DE TRABALHO EQUILIBRADO

Com todos os avanços tecnológicos, se discutiu sobre uma possível substituição do trabalho humano pelas novas tecnologias. O medo do fim das relações de trabalho se tornou uma realidade no inconsciente coletivo dos trabalhadores. No entanto, o que se observa é uma intensificação nas jornadas de trabalho, que o autor Antunes (2020) caracteriza como "escravidão digital", onde o trabalhador, ainda que fisicamente afastado do local de trabalho, permanece psicologicamente vinculado às suas funções.

Esta realidade apresentou novos desafios para manter uma harmonia entre a vida profissional e pessoal, gerando um fenômeno que o autor Byung-Chul Han (2015) descreve como "sociedade do cansaço". De acordo com Han, a sociedade é marcada pelo excesso de estímulos e pela pressão constante por produtividade e desempenho.

Além disso, é apresentada como uma liberdade ilusória, onde o indivíduo acredita estar agindo por vontade própria, quando, na verdade, está submetido a padrões imperativos de entrega e eficiência constantes. Diante do cenário, tem como resultado uma comunidade marcada por patologias do excesso, como depressão, ansiedade e síndrome de burnout, que não derivam da repressão, mas da auto imposição de metas inatingíveis. Outrossim, o trabalho deixa de ser apenas uma atividade externa e objetiva para ser um fator estruturante da subjetividade.

Porquanto, surge o conceito do direito à desconexão, garantindo ao empregado seus momentos de descanso fora do horário de trabalho, por meio de um completo desligamento com o ambiente laboral, que se torna a cada dia mais desafiador, diante das facilidades comunicativas na sociedade contemporânea (Ferreira, Rocha e Ferreira, 2020).

O escritor Jorge Luiz Souto Maior (2003) sustenta que, ao abordar o direito à desconexão, não se está discutindo uma questão puramente filosófica ou futurista. O objetivo é identificar um bem vital, o descanso, que pode ser preservado de maneira concreta, através da persecução em juízo no nosso ordenamento jurídico e social.

Bem como, o autor ainda acrescenta que é importante esclarecer que o direito à desconexão não se refere à ausência total de trabalho, mas sim à redução da jornada de

trabalho em um horário específico que permita ao trabalhador manter sua saúde física e mental, além de poder desfrutar de momentos de lazer.

O direito a se desconectar está diretamente ligado aos direitos fundamentais ao lazer, descanso e saúde, estabelecidos no artigo 6º da Constituição Federal, em que proporcionam o bem-estar do trabalhador a um nível constitucional (Beltramelli Neto e Melo, 2023). Este entendimento é reforçado pelo artigo 7º, XXII, que enfatiza a importância de resguardar o trabalhador dos perigos e desgastes causados pelas condições laborais. Vejamos:

Art. 7º São direitos dos trabalhadores urbanos e rurais, além de outros que visem à melhoria de sua condição social:

(...)

XXII - redução dos riscos inerentes ao trabalho, por meio de normas de saúde, higiene e segurança;

Ademais, o artigo 1º, III, da Constituição Federal apresenta o princípio da dignidade da pessoa humana, sendo este uma base para a fundamentação deste direito, em que o constituinte reconheceu que o Estado existe em função da pessoa humana, e não ao inverso, pois o ser humano é finalidade e não instrumento para a atividade estatal (Ferreira, Rocha e Ferreira, 2020).

Contudo, a CLT foi criada em uma época do trabalho de estrutura tradicional, que tinha como principal preceito o deslocamento do empregado ao seu local de trabalho físico. Com a lei 14.442/2022, foi estabelecido um conceito concreto para regulamentar a modalidade de teletrabalho através do artigo 75-B e 75-C. Porém, não existe uma regulamentação completa para tratar de lacunas como a hiperconectividade dos trabalhadores que estão inseridos nessa nova realidade laboral (Martins, 2024).

Em contrapartida, em outros países como a França, por exemplo, já temos legislações que tratam sobre o assunto. O *Code du Travail*², em seu art. L. 3121-1, delimita claramente o conceito de tempo efetivo de trabalho como o momento em que o empregado está à disposição do empregador e se submete às suas diretrizes, sem poder se dedicar livremente a atividades pessoais (Gauriau, 2020).

O ponto culminante da legislação francesa nesse tema foi a promulgação da Lei nº 2016-1088, conhecida como *Loi El Khomri*³ que, entre outras medidas voltadas à

² Código do Trabalho Francês.

³ Lei trabalhista francesa produzida pela Ministra Myriam El Khomri. Foi a última das três reformas trabalhistas promulgadas pelo governo de François Hollande (Gauriau, 2020).

modernização das relações de trabalho e ao fortalecimento do diálogo social, incluiu expressamente o direito à desconexão. O artigo 55 desta lei determina que as empresas com mais de cinquenta empregados devem realizar negociações coletivas anuais sobre qualidade de vida no trabalho, devendo constar dispositivos que assegurem aos trabalhadores a possibilidade de se desconectarem das tecnologias digitais fora do horário de expediente (França, 2016).

Os resultados dessas discussões devem ser um acordo estabelecido entre o empregador e os sindicatos. Se a negociação não for bem-sucedida, ou se a empresa tiver menos de 50 funcionários, cabe ao empregador regulamentar internamente as condições e os limites do uso desses instrumentos digitais, após consulta ao Comitê Social e Econômico da empresa. Essa estrutura normativa fortalece o papel das relações coletivas e confere legitimidade às ações sindicais na proteção dos interesses dos trabalhadores (França, 2016).

Segundo o autor Burdel (2017), é responsabilidade do empregador manter a segurança e saúde dos seus colaboradores, garantindo que a carga horária e os prazos definidos não impossibilitem o exercício do direito de desconexão. Além de conscientizar os empregados da importância dessas medidas, pois a falta de planejamento de ações preventivas contra os danos presentes e futuros podem levar à responsabilização do empregador.

Outrossim, outros países como Itália e Espanha também já possuem regulamentações específicas sobre o tema em questão. Essas experiências internacionais mostram que este direito não deve ser compreendido apenas como uma questão de gestão organizacional, mas sim, como uma política pública de proteção à saúde, ao bem-estar e à dignidade da pessoa humana, demonstrando que é possível compatibilizar inovação tecnológica com respeito aos direitos fundamentais.

Ao contrário do receio de que a regulação poderia comprometer a produtividade, esses países mostram que a proteção ao tempo de repouso do empregado pode ser compatível com os interesses empresariais, quando baseada em diálogo social e compromisso institucional.

Logo, a experiência internacional fornece, assim, subsídios valiosos para a construção de um arcabouço normativo brasileiro que reconheça expressamente o direito à desconexão, respondendo aos desafios impostos pela era digital e contribuindo para a dignificação das relações de trabalho.

4 OS FUNDAMENTOS JURÍDICOS DO DIREITO À DESCONEXÃO: UMA ANÁLISE A PARTIR DA JURISPRUDÊNCIA DO TST

A Consolidação das Leis do Trabalho (CLT) rege as normas que devem ser cumpridas nas relações trabalhistas. No artigo 58, é previsto que a duração normal do trabalho não deve exceder 8 horas diárias, a menos que seja expressamente estabelecido um limite diferente. Em consonância, o artigo 59 permite que a duração diária do trabalho seja estendida em até duas horas extras, desde que estabelecido por acordo individual, convenção coletiva ou acordo coletivo de trabalho, devendo o empregador realizar a remuneração em pelo menos 50% superior à da hora normal (Brasil, 1943).

Todavia, os dispositivos mencionados não foram elaborados para responder aos novos desafios que surgiram com a hiperconectividade laboral e o uso constante de tecnologias digitais. Diante dessa lacuna legislativa, o poder judiciário, em especial o Tribunal Superior do Trabalho (TST), embora pontual, vem abordando essa questão em seus julgados, realizando uma adaptação às normas existentes para proteger o trabalhador reconhecendo as violações a esse direito como causadoras de danos existenciais passíveis de indenização.

No julgamento do Agravo de Instrumento no Recurso de Revista, AIRR nº 2058-43.2012.5.02.0464, por unanimidade a 7ª Turma do Tribunal Superior do Trabalho (TST) desproveu o agravo interposto, e reconheceu o direito de um analista de suporte à indenização por danos morais, devido à exigência constante de disponibilidade por meio de dispositivos como celular e notebook, mesmo fora do horário regular de trabalho. Vejamos:

RESPONSABILIDADE CIVIL DO EMPREGADOR. DANOS MORAIS CAUSADOS AO EMPREGADO. CARACTERIZAÇÃO. DIREITO À DESCONEXÃO. HORAS DE SOBREVISO. PLANTÕES HABITUAIS LONGOS E DESGASTANTES. DIREITO AO LAZER ASSEGURADO NA CONSTITUIÇÃO E NORMAS INTERNACIONAIS COMPROMETIMENTO DIANTE DA AUSÊNCIA DE DESCONEXÃO DO TRABALHO. [...] A precarização de direitos trabalhistas em relação aos trabalhos à distância, pela exclusão do tempo à disposição, em situações corriqueiras relacionadas à permanente conexão por meio do uso da comunicação telemática após o expediente, ou mesmo regimes de plantão, como é o caso do regime de sobreaviso, é uma triste realidade que se avilta na prática judiciária. A exigência para que o empregado esteja conectado por meio de smartphone, notebook ou BIP, após a jornada de trabalho ordinária, é o que caracteriza ofensa ao **direito à desconexão** (grifos no original) (TST. 7ª Turma. Relator: Ministro Cláudio Brandão, AIRR nº 2058-43.2012.5.02.0464. Publicação: 27/10/2017).

O relator, Ministro Cláudio Brandão, enfatizou que o vínculo permanente com o ambiente laboral caracteriza uma violação ao descanso do empregado. Afirmando que os avanços tecnológicos devem contribuir para a melhoria das relações trabalhistas e prover a otimização da realização de certas atividades, e não pela submissão a jornadas invisíveis e intermináveis.

A decisão do TST também estabeleceu que a ausência de desconexão pode ser equiparada como dano existencial. Esse conceito jurídico, cada vez mais aceito na jurisprudência trabalhista, diz respeito à supressão da capacidade do empregado de viver integralmente sua vida pessoal, social e familiar. Trata-se de um tipo de dano que vai além do âmbito material e afeta diretamente a essência humana, comprometendo sua integridade mental e emocional (Frota, 2013).

Assim, o dano existencial só será reconhecido quando for comprovado que o empregado foi submetido a uma extensa jornada de trabalho de maneira constante, prejudicando o exercício de vários direitos que lhe são garantidos constitucionalmente (Ferreira, Rocha e Ferreira, 2020).

Nesta perspectiva, posicionou-se a 4ª Turma do TST, no Recurso de Revista nº RR-1001084-55.2013.5.02.0463, de relatoria do Ministro Alexandre Luiz Ramos, que a jurisprudência majoritária da Corte já admite essa forma de lesão, sobretudo quando a relação de trabalho impõe uma rotina incompatível com os direitos fundamentais dos trabalhadores:

RECURSO DE REVISTA. ACÓRDÃO REGIONAL PUBLICADO NA VIGÊNCIA DA LEI Nº 13.015/2014. 1.DANO EXISTENCIAL. JORNADA EXTENUANTE. NÃO CONHECIMENTO. I. O entendimento desta Corte Superior é no sentido de que a submissão do empregado a jornada extenuante que “subtraia do trabalhador o direito de usufruir de seus períodos de descanso, de lazer, bem como das oportunidades destinadas ao relacionamento familiar, ao longo da vigência do pacto contratual” configura dano existencial. II. Tendo a Corte Regional concluído que “da jornada descrita, denota-se claramente a falta de preservação do convívio familiar, bem como relaxamento, lazer, direitos estes inerentes a qualquer trabalhador”, a decisão regional está de acordo com a iterativa, notória e atual jurisprudência do Tribunal Superior do Trabalho, o que inviabiliza o processamento do recurso de revista, conforme os óbices do art. 896, §7º, da CLT e da Súmula nº 333 do TST. III. Recurso de revista de que não se conhece.(...)” (RR-1001084-55.2013.5.02.0463, 4ª Turma, Relator Ministro Alexandre Luiz Ramos, DEJT 22/11/2019).

Em 2023, o Deputado Federal Fábio Teruel apresentou uma Proposta de Lei nº 4579/2023, cuja proposição é incluir no artigo 75 da CLT, uma definição e regulamentação

para o direito à desconexão do empregado. A redação da proposta seria da seguinte forma, vejamos:

Art. 75-G - Entende-se por direito de desconexão do trabalho a prerrogativa do empregado de não ser obrigado a responder comunicações profissionais, como mensagens eletrônicas, chamadas ou qualquer outro meio de comunicação relacionado ao trabalho, fora da jornada de trabalho pactuada no contrato de trabalho ou durante seus períodos de descanso e férias.

§ 1º - É vedado ao empregador aplicar qualquer espécie de punição ao empregado que exercer seu direito de desconexão ao trabalho exercido na forma do disposto no caput.

§ 2º - Em caso de descumprimento do disposto no caput, o empregador estará sujeito, cumulativamente, a:

I - multa de até 5 (cinco) vezes o salário do empregado afetado, a ser revertida em favor do próprio empregado;

II - sanções adicionais previstas na legislação trabalhista e em contratos coletivos aplicáveis ao caso.

§ 3º - Os empregadores que contarem com mais de 50 empregados poderão firmar acordo coletivo com a entidade sindical representante da categoria profissional, para estabelecer protocolos sobre o exercício do direito à desconexão ao trabalho, definindo os horários em que os empregados poderão ser obrigados a responder a comunicações profissionais.

No entanto, a proposta ainda não obteve aprovação. Observa-se que a proposição juntamente com as decisões, embora relevantes, ainda são esparsas. Os julgados mais recentes datam dos anos 2017 e 2019, o que levanta uma indagação: por que, diante do aumento exponencial do trabalho remoto e da intensificação da conectividade digital, o TST não tem produzido decisões mais recentes sobre o tema? A escassez de jurisprudência atualizada compromete a evolução do entendimento jurídico e enfraquece a proteção aos trabalhadores.

Essa omissão jurisprudencial reflete uma grave insegurança jurídica. Pois, sem parâmetros claros, as empresas compreendem até que ponto podem exigir a disponibilidade do trabalhador. Da mesma forma, os empregados ficam sem amparo efetivo para reivindicar seus direitos.

Portanto, a ausência de julgados recentes, não é apenas uma deficiência técnica: é um obstáculo concreto à efetivação dos direitos fundamentais no mundo do trabalho digital. Conforme Souto Maior (2003), a desconexão não é um luxo, mas uma condição essencial para a preservação da saúde física, mental e social do trabalhador.

Dessa forma, a escassez de decisões jurisprudenciais mais recentes sobre o direito à desconexão, não invalida a proposta deste estudo, antes, a reforça. A falta de julgados

atualizados revela uma lacuna institucional no enfrentamento jurídico do tema, apontando para a inércia do sistema de justiça em acompanhar as novas dinâmicas do mundo do trabalho.

Essa omissão, por si só, já constitui um dado relevante, pois demonstra que o ordenamento jurídico ainda não está plenamente preparado para responder aos desafios impostos pela sociedade digital contemporânea.

Assim, longe de ser um obstáculo, tal ausência consolida a validade e a urgência da pesquisa, ao evidenciar a necessidade de um marco normativo claro e eficaz que garanta a efetividade do direito à desconexão. Portanto, esta pesquisa reafirma o compromisso com a defesa desse direito como parte integrante da estrutura dos direitos sociais e trabalhistas no Brasil.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Espera-se esclarecer com este trabalho as mudanças nas relações laborais, promovidas ao longo dos séculos através das Revoluções Industriais e os seus impactos principalmente no que diz respeito à intensificação da hiperconectividade dos trabalhadores e à dissolução das barreiras entre a vida profissional e pessoal. A análise histórica e crítica visa identificar os aspectos sociais e econômicos que condicionam as atuais dinâmicas do trabalho.

Além disso, busca mapear e sistematizar como o Poder Judiciário brasileiro, em especial o Tribunal Superior do Trabalho (TST), tem tratado o direito à desconexão. Isso inclui a apresentação de jurisprudências relevantes que demonstram as lacunas na proteção desse direito, considerando sua ligação com outros direitos fundamentais, como saúde, lazer e dignidade humana.

O trabalho visa mostrar como a falta de regulamentação do direito à desconexão pode aumentar quadros de esgotamento físico e mental, incluindo estresse, ansiedade e síndrome de burnout. Ademais, identificar como a garantia desse direito pode contribuir para um meio ambiente de trabalho equilibrado e saudável.

Espera-se que as conclusões do trabalho sirvam de base para a formulação de políticas públicas e iniciativas empresariais que promovam a implementação prática do direito à desconexão. Tais medidas podem incluir regulamentações mais claras, acordos coletivos e boas práticas que equilibrem as relações entre empregadores e empregados.

Este estudo tem o objetivo de oferecer uma abordagem inédita e reflexiva sobre o tema, contribuindo para a literatura acadêmica e jurídica no Brasil. Espera-se que a pesquisa fomenta novos debates, inspire outras pesquisas e amplie o campo de discussão sobre os direitos trabalhistas em uma era marcada por transformações tecnológicas e sociais aceleradas.

De forma geral, esta pesquisa almeja fortalecer o entendimento de que o direito à desconexão não é apenas uma proteção ao trabalhador, mas uma medida essencial para promover dignidade, bem-estar e justiça nas relações de trabalho contemporâneas.

REFERÊNCIAS

ANTUNES, Ricardo. Desenhando a nova morfologia do trabalho: as múltiplas formas de degradação do trabalho. **Revista Crítica de Ciências Sociais**, n. 83, p. 19-34, 2008. Disponível em: <https://journals.openedition.org/rccs/431>. Acesso em: 15 nov. 2024.

ANTUNES, Ricardo. **O privilégio da servidão: o novo proletariado de serviços na era digital**. São Paulo: Boitempo, 2020.

BELTRAMELLI NETO, Silvio; MELO, Maria Gabriela Vicente Henrique de. Quarta Revolução Industrial e os impactos da era digital na morfologia e na regulação do trabalho. **Revista de Estudos Constitucionais, Hermenêutica e Teoria do Direito**, v. 14, n. 3, p. 539-558, ago. 2023. Disponível em: <https://doi.org/10.4013/rechtd.2022.143.14>. Acesso em: 17 set. 2024.

BRASIL. **Constituição da República Federativa do Brasil de 1988**. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/Constituicao/Constituicao.htm. Acesso em: 10 set. 2024.

BRASIL. **Decreto-Lei n.º 5.452, de 1.º de maio de 1943**. Aprova a Consolidação das Leis do Trabalho (CLT). Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/decreto-lei/del5452.htm. Acesso em: 10 set. 2024.

BRASIL. **Projeto de Lei n.º 4579, de 2023**. Dispõe sobre o direito de desconexão do trabalho. Disponível em: <https://www.camara.leg.br/propostas-legislativas/2370511>. Acesso em: 02 jun. 2025.

DAVIS, Angela. **A Liberdade é uma Luta Constante**. Tradução Heci Regina Candiani. - 1. ed. São Paulo: Boitempo, 2018.

FERREIRA, Vanessa Rocha; ROCHA, Cláudio Janotti da; FERREIRA, Versalhes Enos Nunes. O direito à desconexão e o dano existencial: a importância da sustentabilidade emocional do ser humano. **Revista Direitos Sociais e Políticas Públicas (Unifafibe)**, v. 8, n. 2, p. 439-463, 2020. Disponível em: https://egov.ufsc.br/portal/sites/default/files/do_direito_a_desconexao_do_trabalho.pdf. Acesso em: 07.out. 2024.

FROTA, Luciana. O dano existencial nas relações de trabalho. **Revista LTr**, v. 77, n. 7, p. 819-825, jul. 2013.

FRANÇA. **Loi n° 2016-1088 du 8 août 2016** relative au travail, à la modernisation du dialogue social et à la sécurisation des parcours professionnels. Journal Officiel de la République Française, Paris, 9 août 2016. Disponível em: <https://www.legifrance.gouv.fr/>. Acesso em: 25 maio. 2025.

GAURIAU, Rosane. Vista do Direito à desconexão e teletrabalho. **Revista do Tribunal Regional do Trabalho da 18ª Região**, v. 23-24, jan. 2020 - dez. 2021. Disponível em: <https://revista.trt18.jus.br/index.php/revista/article/view/23/27>. Acesso em: 18.abr. 2025.

HAN, Byung-Chul. **Sociedade do cansaço**. Tradução de Enio Paulo Giachini. Petrópolis: Vozes, 2015.

LAMBELHO, Ana. A disponibilidade digital põe em causa os direitos humanos dos trabalhadores? J2 - **Revista de Estudos em Justiça e Cidadania**, v. 1, n. 1, 2020. Disponível em: <https://revistas.ponteditora.org/index.php/j2/article/view/568/520>. Acesso em: 24 out. 2024.

MARTINS, Sergio P. **Direito do trabalho**. 40th ed. Rio de Janeiro: Saraiva Jur, 2024.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS). **Burn-out an occupational phenomenon: International Classification of Diseases**. Genebra: OMS, 2019. Disponível em: <https://www.who.int/news/item/28-05-2019-burn-out-an-occupational-phenomenon-international-classification-of-diseases>. Acesso em: 26 ago. 2024.

ORGANIZAÇÃO INTERNACIONAL DO TRABALHO (OIT). **World Employment and Social Outlook 2023: The case for investing in transformative care economies**. Genebra, 2023. Disponível em: https://www.ilo.org/sites/default/files/wcmsp5/groups/public/@dgreports/@inst/documents/publication/wcms_908142.pdf. Acesso em: 25 set. 2024.

POPPER, Karl. **A lógica da pesquisa científica**. Tradução de Leonidas Hegenberg e Octanny Silveira da Mota. São Paulo: Cultrix, 2002.

RESENDE, Ricardo. **Direito do Trabalho**. 8. ed. Rio de Janeiro: Método, 2020. E-book. p. 1. ISBN 9788530989552. Disponível em: <https://integrada.minhabiblioteca.com.br/reader/books/9788530989552/>. Acesso em: 29 out. 2024.

ROCHA, B. A. B.; DE SOUSA LIMA, F. R.; WALDMAN, R. L. Mudanças no papel do indivíduo pós-revolução industrial e o mercado de trabalho na sociedade da informação. **Revista Pensamento Jurídico**, v. 14, n. 1, 2020. Disponível em: <https://ojs.unialfa.com.br/index.php/pensamentojuridico/article/view/419>. Acesso em 13 ago. 2024

SCHWAB, Klaus. **A quarta revolução industrial**. Tradução de Daniel Moreira Miranda. São Paulo: Edipro, 2016.

SOUTO MAIOR, Jorge Luiz. Do direito à desconexão do trabalho. **Revista do Tribunal Regional do Trabalho da 15ª Região, Campinas**, n. 23, p. 296-313, 2003. Disponível em: https://egov.ufsc.br/portal/sites/default/files/do_direito_a_desconexao_do_trabalho.pdf. Acesso em: 01.set. 2024.

TRIBUNAL SUPERIOR DO TRABALHO. 4ª Turma. Relator: Ministro Alexandre Luiz Ramos. **Recurso de Revista nº 1001084-55.2013.5.02.0463**. Inteiro teor disponível em: <https://tst.jusbrasil.com.br/jurisprudencia/783823822/recurso-de-revista-rr10010845520135020463/inteiro-teor-783823842?ref=juris-tabs>. Acesso em: 18. out. 2024.

TRIBUNAL SUPERIOR DO TRABALHO. 7ª Turma. Relator: Ministro Cláudio Brandão, **AIRR 2058-43.2012.5.02.0464**. Inteiro teor. Disponível em:

<http://aplicacao4.tst.jus.br/consultaProcessual/consultaTstNumUnica.do?consulta=Consultar&conscsjt=&numeroTst=2058&digitoTst=43&anoTst=2012&orgaoTst=5&tribunalTst=02&varaTst=0464&submit=Consultar>. Acesso em: 18. out. 2024.