

# DIREITO À DESCONEXÃO: O ASPECTO HUMANÍSTICO DO NÃO-TRABALHO.

Felipe Gustavo Barbosa Borges<sup>1</sup>

**RESUMO:** Dois grandes marcos impactam o Direito do Trabalho contemporâneo: a revolução industrial e o processo de globalização, motivos que historicamente provocam uma série de impactos em tal campo jurídico. Uma dessas consequências é a dificuldade cada vez mais frequente de preservar o direito ao não trabalho, ou seja, ao tempo de lazer, em linguagem técnica o Direito à desconexão, englobando o desligamento físico e mental do trabalhador em relação ao trabalho. Neste sentido com o presente trabalho pretendemos refletir tais fenômenos, seus efeitos na limitação da jornada de trabalho, bem como na eficácia da aplicação do direito ao lazer do obreiro como meio de humanização das relações laborais.

**Palavras-chave:** Direito à desconexão. Limitação da jornada de trabalho. Proteção à saúde do trabalhador. Direito ao lazer.

**ABSTRACT:** Dos grandes marcos impactan el Derecho del Trabajo contemporáneo nacional: la revolución industrial y el proceso de globalización, situación que provoca una serie de flexibilizaciones en el medio laboral. Una de ellas se refiere a la desconexión (física y mental) del obrero en relación al trabajo, haciéndose cada vez más difícil resguardar el derecho al no trabajo, o sea, al tiempo de ocio. Así con este trabajo pretendemos reflexionar sobre tales fenómenos mencionados, sus efectos en la limitación de la jornada de trabajo, así como en la eficacia de la aplicación del derecho al ocio del obrero como medio de humanización de las relaciones laborales.

**Keywords:** Derecho a la desconexión. Limitación de la jornada de trabajo. Protección de la salud del trabajador. Derecho al ocio.

## 1 INTRODUÇÃO

O universo jurídico não pode se furtar da realidade. O plano fatídico, calcado na concretude do real, é um elemento fundamental para efetividade do Direito, uma vez que o mesmo objetiva resolver problemas sociais concretos ocorridos em determinados contextos. Desta forma deve-se portar o Direito do trabalho, não sendo negligente à realidade dos fatos.

No mundo hodierno encontramos a forte presença da globalização e das tecnologias, inclusive no ambiente laboral, tornando-o cada vez mais competitivo e ágil. Em muitos

---

<sup>1</sup>Bacharel em Direito pelo Centro Universitário Facex em 2017, e Licenciado em Filosofia pela Universidade Federal do Rio Grande do Norte em 2018.

Contato: felipegborges@gmail.com.

Carpe Diem: Revista Cultural e Científica do UNIFACEX. v. 18, n. 01, 2020. ISSN: 2237 –8685. Paper avaliado pelo sistema blindreview, recebido em 22 de dezembro de 2019; aprovado em 08 de março de 2022.

empregos se exige do trabalhador o uso constante de tecnologias, as quais os mantêm online com seu trabalho mesmo após o término do expediente.

Assim, para diversos empregados o Direito à vida privada para além do ambiente laboral, ou seja, o direito ao não-trabalho<sup>2</sup>, é tolhido, já que eles se mantêm virtualmente conectados às informações ligadas ao labor durante o momento de repouso.

Por outro lado, o Direito ao lazer, a vida íntima e a justa duração diária do trabalho são inerentes a todos os trabalhadores, sendo, inclusive, matéria de saúde do trabalho, de modo que os avanços tecnológicos não podem solapar os Direitos fundamentais do cidadão que labora. Diante de tal problemática surge a necessidade de uma solução, por isso, o Direito à desconexão merece ser discutido e resguardado pelo ordenamento jurídico, inclusive pelo que se depreende do artigo 62, III da Lei nº 13.467/2017<sup>3</sup> qual torna nebulosa a delimitação da jornada de trabalho para os trabalhadores em regime de teletrabalho.

Por compreendermos a importância prática e histórica da limitação da jornada de trabalho, assim como a existência de tempo para o lazer, é que o debate em torno do não-trabalho se torna de suma importância, razão pela qual propõe-se a reflexão sobre o Direito à desconexão do labor, visando resguardar o trabalhador de eventuais abusos quanto a elasticidade de sua jornada de trabalho, visto que possuem Direito ao lazer e necessitam deste tempo para desenvolver-se enquanto pessoa. Assim, faz-se necessário entender o contexto histórico que levou a depreciação do tempo dedicado ao lazer, bem como o caráter humanístico intrinsecamente ligado a delimitação da jornada de laborativa.

Almejando-se lograr êxito nesse ensaio será utilizada ampla doutrina, na busca de entender e organizar o pensamento de diversos autores e ao fim encontrar, por meio do processo dialético, uma síntese capaz de responder ao escopo objetivado neste trabalho.

## **2 SOCIEDADE GLOBALIZADA E A FLEXIBILIZAÇÃO DAS RELAÇÕES LABORAIS**

A vida em sociedade é marcada por interações intersubjetivas, o que exige, para um bom funcionamento social, uma série de regras estabelecendo padrões a serem seguidos. Por

---

<sup>2</sup>Retiramos essa expressão “não-trabalho” do pensamento de Jorge Souto Maior em seu artigo intitulado “Do Direito à desconexão do Trabalho”, disponível em: [https://www.jorgesoutomaior.com/uploads/5/3/9/1/53916439/do\\_direito\\_%C3%A0\\_desconex%C3%A3o\\_do\\_trabalho..pdf](https://www.jorgesoutomaior.com/uploads/5/3/9/1/53916439/do_direito_%C3%A0_desconex%C3%A3o_do_trabalho..pdf). Acesso em: 05 dez. 2017.

<sup>3</sup>“Art. 62 - Não são abrangidos pelo regime previsto neste capítulo: [...]III - os empregados em regime de teletrabalho.” Ressaltando-se que o mencionado capítulo intitula-se “Da jornada de trabalho”, portanto as atividades sob o regime de teletrabalho não encontram guarida na limitação da jornada do artigo 58 da CLT.

Carpe Diem: Revista Cultural e Científica do UNIFACEX. v. 18, n. 01, 2020. ISSN: 2237 –8685. Paper avaliado pelo sistema blindreview, recebido em 22 de dezembro de 2019; aprovado em 08 de março de 2022.

isso, o fundamento basilar do Direito são os valores que perpassam as relações intersubjetivas, que são concebidos em determinado tempo e espaço, visando determinados valores e fins<sup>4</sup>.

Neste sentido, para refletir sobre o tema aqui almejado deve-se expor em que contexto fático ele se insere. O Direito, portanto, deve ser lido a luz da (s) ideologia (s) sob a(s) qual(is) se funda(m). Ela (s) o impulsiona (m) em vista da realização de um determinado entendimento de escopo para o Estado, o qual atualmente, sofre influência de pelo menos duas grandes correntes<sup>5</sup> que setencionam pela interpretação da realidade: o liberalismo e o socialismo.

Para atingiro contexto de pós-revolução industrial e globalizado que há no mundo atual, um longo processo histórico teve que se desenrolar, possuindo, como uma de suas características mais notáveis a diminuição do poder do Estado frente ao aumento do poder pelo particular. Sendo esta notadamente ainda uma peculiaridade dos fenômenos sociais supramencionados, assim

Entre os efeitos da globalização das relações sociais figura a diminuição do poder decisório por parte dos Estados, o que tem sido genericamente apontado como a crise mais grave do Estado Nacional, até o ponto de proclamar-se a sua fatal evanescência<sup>6</sup>.

Destaca-se que as interações entre países sempre ocorreram, mas é ponderado ressaltar que este fenômeno é bastante antigo na história da humanidade, já existindo nas primeiras relações comerciais entre nações<sup>7</sup>, ainda que sem o poder e influência que a mundialização possui atualmente.

A ação de tais fenômenos, entendendo a globalização em proporções mundiais como um dos resultados da revolução industrial, ganha cada vez mais força e notoriedade na atualidade, inclusive influenciando as ações das comunidades internacionais. No Brasil, podemos citar a título de exemplo a atual reforma trabalhista (Lei nº 13.467/2017) que teve como principais argumentos uma pretensa modernização da legislação trabalhista objetivando-se sua adequação as exigências do mercado global.

Diante disto, se torna perceptível a influência da globalização em solo nacional, sendo necessário a exposição de um conceito mais aprofundado de tal fenômeno, o qual é chave para a leitura de nossa realidade, como também na denominada reforma trabalhista (Lei nº 13.467/2017). Entretanto, devemos destacar que tal definição não poderá ser totalmente

---

4REALE, Miguel. **Filosofia do Direito**. 13. ed. São Paulo: Saraiva, 1990, p.589.

5Deixamos claro que reconhecemos a multiplicidade de doutrinas que tais correntes comportam em si, ou seja, internamente tais pensamentos não são homogêneos e enfrentam tensões inerentes.

6REALE, Miguel. **Crise do capitalismo e crise do Estado**. São Paulo: SENAC, 2000, p. 61.

7NASCIMENTO, Amauri Mascaro. **Direito contemporâneo do trabalho**. São Paulo: Saraiva, 2011, p.25.

Carpe Diem: Revista Cultural e Científica do UNIFACEX. v. 18, n. 01, 2020. ISSN: 2237 –8685. Paper avaliado pelo sistema blindreview, recebido em 22 de dezembro de 2019; aprovado em 08 de março de 2022.

fechada, uma vez que pela sua própria essência a globalização não é passível de total delimitação, posto ser ela algo dinâmico e em constante transformação.

Neste sentido:

O conceito de globalização é dinâmico; ele implica a descrição de algo que está mudando, que está se tornando cada vez mais global e implica um verdadeiro processo. [...] A globalização implica novas oportunidades para que a comunicação, o comércio, as transações econômicas e a mobilização e as ações políticas ultrapassem as fronteiras nacionais<sup>8</sup>.

Esse movimento se tornou global e dinâmico, influenciando uma multiplicidade de questões, desde as relações econômicas às legislações nacionais e internacionais passando até mesmo por interferências culturais.

No campo jurídico das relações laborais tal interferência pode ser sentida na questão da limitação da jornada de trabalho e a forma como o homem concebe o seu tempo de lazer pós-labor, onde há forte influência do mercado financeiro que por sua vez, necessita de trabalhadores cada vez mais dedicados e conectados ao trabalho como forma de ampliação dos lucros. Com isso, a trajetória dialética do Direito laboral continua, o viés econômico colide com o viés social<sup>9</sup>, sendo a transformação do Direito o resultado deste conflito.

Livrar-se do processo dialético é improvável, uma vez que, ele faz parte da essência do desenvolvimento histórico do Direito do Trabalho. Por isso, tal conflito, que em si é transformador e reformador, é necessário.

Por outro lado, essas modificações devem ocorrer sem se “perder de vista os irreparáveis prejuízos que podem ser causados por reformas irresponsáveis que só levam em conta os aspectos econômicos em detrimento dos sociais e humanos<sup>10</sup>”, pois o indivíduo não perde seu caráter humano ao torna-se trabalhador, ao contrário, ele continuando sendo sujeito de direitos fundamentais.

O peso da globalização é cada vez mais sentido no direito do trabalho, a necessidade de geração de lucro é um escopo cada vez mais presente. Assim, o Estado para assegurar a proteção ao trabalhador deve limitar a liberdade contratuais entre trabalhador e empresa, determinando normas e princípios básicos a serem respeitados em tal relação.

---

8KUHNLE, Stein. **A globalização e o desenvolvimento das políticas sociais**. In: GODINHO, Mauricio Delgado; VASCONCELOS, Lorena Porto (organizadores). **O Estado de bem-estar social no século XXI**. São Paulo: LTr, 2007, p.89.

9NASCIMENTO, Amauri Mascaro. **Direito contemporâneo do trabalho**. São Paulo: Saraiva, 2011, p.36.

10MELO, Raimundo Simão de. **Direito ambiental do trabalho e a saúde do trabalhador: responsabilidades legais, dano material, dano moral, dano estético, perda de uma chance**. 2º ed. São Paulo: LTr, 2006, p.64.

Carpe Diem: Revista Cultural e Científica do UNIFACEX. v. 18, n. 01, 2020. ISSN: 2237 –8685. Paper avaliado pelo sistema blindreview, recebido em 22 de dezembro de 2019; aprovado em 08 de março de 2022.

### 3 A DIGNIDADE DO TRABALHADOR: LIMITES A AUTONOMIA CONTRATUAL LABORAL

Os dois grandes fenômenos mencionados, a revolução industrial e a globalização, servem como impulso para o desenvolvimento histórico do Direito. Conseqüentemente, surgem uma série de modificações legislativas, as quais impactam também o Direito do Trabalho. Para muitos especialistas desse ramo jurídico, essas mudanças retratam uma nítida violação aos Direitos Fundamentais do obreiro, para outros o inverso, contudo um ponto deve se destacar – o ordenamento jurídico nacional não pode repelir tais fenômenos em nosso país, sob pena de relegá-lo a uma situação de subdesenvolvimento e atraso em relação aos demais países.

Ocorre que também não se pode deixar, sob o pretexto de desenvolvimento econômico, que se despreze a dignidade humana do trabalhador, fazendo-o submeter-se a situações degradantes para conseguir o sustento de si e de sua família. Por conseguinte, exige-se socialmente uma interferência, de maior ou menor proporção a depender do caso, do Estado no contrato de trabalho.

Como mencionado um dos reflexos da globalização no contexto laboral é o fenômeno intitulado de flexibilização das normas trabalhistas, onde se pretende o “afastamento da rigidez de algumas leis para permitir, diante de situações que exija, maior dispositividade das partes para alterar ou reduzir as condições de trabalho<sup>11</sup>”. Tal afastamento encontra uma barreira nos direitos fundamentais do indivíduo/trabalhador o qual representa uma zona limítrofe ao avanço deste fenômeno.

Após o processo de constitucionalização, uma série de garantias constitucionais passam a repercutir mais incisivamente nos demais ramos jurídicos. Assim, passa-se a vislumbrar a proteção em nível constitucional da figura do trabalhador como um sujeito de direitos humanos e fundamentais<sup>12</sup> mesmo durante a vigência do contrato de trabalho.

Nesse sentido há alguns dispositivos em nível constitucional brasileiro que protegem o trabalhador e lembram aos operadores do Direito e a sociedade sobre a importância desta proteção, senão vejamos um deles:

---

11 NASCIMENTO, Amauri Mascaro. **Iniciação ao direito do trabalho**. 38.ed. São Paulo, Ltr., 2013, p.72.

12Entendemos que dentro do rol dos Direitos Fundamentais encontram-se os Direitos Sociais, assim seguimos, neste tempo, o pensamento do professor Ingo Sarlet. Para mais informações consultar SARLET, Ingo Wolfgang; FILCHTNER, Mariana Figueiredo. Reserva do possível, mínimo existencial e direito à saúde: algumas aproximações. In: SARLET, Ingo Wolfgang; TIMM, Luciano Beneti (org.). **Direitos Fundamentais, orçamento e “reserva do possível”**. 2. ed. rev. ampl. Porto Alegre: Livraria do Advogado Editora, 2013.

Carpe Diem: Revista Cultural e Científica do UNIFACEX. v. 18, n. 01, 2020. ISSN: 2237 –8685. Paper avaliado pelo sistema blindreview, recebido em 22 de dezembro de 2019; aprovado em 08 de março de 2022.

Art. 170. A ordem econômica, fundada na valorização do trabalho humano e na livre iniciativa, tem por fim assegurar a todos existência digna, conforme os ditames da justiça social, observados os seguintes princípios: [...] III - função social da propriedade; [...] VII – redução das desigualdades regionais e sociais, VIII – busca do pleno emprego [...].

Este artigo clarifica o entendimento do legislador constituinte sobre a importância de se levar em consideração nas relações econômicas o caráter social para a construção de uma sociedade mais justa. Devendo-se fundamentar em dois aspectos balizadores: a valorização do trabalho humano e a iniciativa privada, onde um não pode subjugar o outro.

E ainda mais, ao observar Art. 1ª da Constituição Federal Brasileira percebe-se que o constituinte originário explicita o reconhecimento de que a esfera econômica deve andar em equilíbrio e respeito à valorização do trabalho. Vejamos:

Art. 1º A República Federativa do Brasil, formada pela união indissolúvel dos Estados e Municípios e do Distrito Federal, constitui-se em Estado Democrático de Direito e tem como fundamentos: [...] II - a cidadania; III - a dignidade da pessoa humana; IV - os valores sociais do trabalho e da livre iniciativa [...].

Verifica-se que o trabalho não é tratado em nível constitucional como algo aquém em relação à ordem econômica, mas que para essa se desenvolver se faz necessário o respeito e valorização daquela. Neste sentido, tem-se o entendimento consubstanciado na Constituição da OIT (Organização Internacional do Trabalho) de que “o trabalho não é uma mercadoria<sup>13</sup>”, portanto o trabalhador não pode ser tratado como coisa.

O Direito do Trabalho não pode se furtar das suas origens, daquela consciência social sob a qual resultou a sua gênese, onde em vista de proteger e tutelar os assalariados, busca promover uma cooperação entre capital e trabalho<sup>14</sup>.

Com intenção de resguardar a essência sob a qual foi criado este ramo jurídico, se faz necessário a intervenção estatal, a qual não deve ser confundida com uma tutela em grau máximo extirpando as liberdades contratuais das partes, empregado e empregador. Desta forma, apesar de possuir a natureza de direito privado, dado sua aproximação com as características de uma relação entre os particulares, o Direito do trabalho não se encontra isento da intervenção estatal.

---

13 Organização Internacional do Trabalho, Constituição (1946). Constituição da Organização Internacional do Trabalho (OIT) e seu anexo (Declaração de Filadélfia). Disponível em: [http://www.oitbrasil.org.br/sites/default/files/topic/decent\\_work/doc/constituicao\\_oit\\_538.pdf](http://www.oitbrasil.org.br/sites/default/files/topic/decent_work/doc/constituicao_oit_538.pdf). Acesso em: 24 jan. 2018.

14 NASCIMENTO, Amauri Mascaro. **Iniciação ao direito do trabalho**. 38.ed. São Paulo: Ltr, 2013, p.72.

Para atingir sua função de manutenção da justiça, em especial a justiça social, o Estado não pode deixar que o livre acordo entre as partes gere situações degradantes ao trabalhador, como por exemplo, a não limitação da jornada de trabalho. O que não indica que a intervenção deve ser extrema a ponto de não deixar espaço para a livre disposição das partes.

Isto é, as interferências existem para proteger e reequilibrar de alguma forma as desigualdades entre trabalhador e patrão, porém, isso não retira a esfera de liberdade das vontades, um exemplo claro deste pensamento no direito nacional é a preservação da liberdade sindical para além a interferência estatal.

Cumpram-se ressaltar-se que tais limitações ao contrato de trabalho visam resguardar a dignidade do indivíduo que labora, ou seja, pretende-se garantir a dignidade humana do trabalhador, entendendo que mesmo ao vender sua força de trabalho ele continua sendo um sujeito protegido por Direitos Humanos e/ou Fundamentais, posto que o trabalhador não perde sua característica de ser humano, e por isso é sujeito de direitos e deveres.

Compete ao Direito do trabalho a dura tarefa de regular a relação de trabalho, levando em consideração os direitos do trabalhador e do empregador, a desequilíbrio nesta relação sempre provoca vigorosos problemas sociais.

#### **4 O DIREITO A DESCONEXÃO E O SEU ASPECTO HUMANÍSTICO**

Como já indicado o trabalho realizado pelo homem não é mercadoria, entendimento que se liga à própria essência da atividade laboral, que não deve sujeitar-se precipuamente aos postulados do mercado financeiro. Obviamente a relação entre homem e trabalho deve ser compreendida levando em consideração os aspectos econômicos, mas não de forma única e prioritária. O caráter humanístico deve perpassar todo o contrato de trabalho independente da modalidade, uma vez sempre há a presença de um ser humano prestador do serviço, portanto há um sujeito real portador de dignidade, direitos e deveres.

O Direito do Trabalho por meio de seus pressupostos fundamentais, visa reequilibrar a desequilibrada relação laboral, para tanto, não pode deixar que o crescimento econômico seja o foco primário de suas ações, sem desprestigiar tal fator de suma importância para o desenvolvimento social. O escopo trabalhista deve ser a proteção ao trabalhador, a qual não pode ser tida como entrave ao mercado<sup>15</sup>, mas como meio para o seu desenvolvimento social sadio e sustentável.

---

15CALVET, Otavio Amaral. **Direito ao lazer nas relações de trabalho**. 1 ed. São Paulo: Ltr, 2006, p.15.

Carpe Diem: Revista Cultural e Científica do UNIFACEX. v. 18, n. 01, 2020. ISSN: 2237 –8685. Paper avaliado pelo sistema blindreview, recebido em 22 de dezembro de 2019; aprovado em 08 de março de 2022.

Uma das grandes e históricas demandas do movimento sindical perante a Organização Internacional do Trabalho (OIT) como meio de rever esse desequilíbrio e a limitação da jornada de trabalho, conforme se depreende da 1<sup>o</sup> convenção da OIT em 1919<sup>16</sup>, uma vez que diante da estrutura física e psíquica do ser humano não é possível sua exposição a jornadas laborais abusivas sem aviltar-lhe sua saúde. Tal tema demonstra-se atual e de importância ímpar, pois sem o devido descanso e lazer o homem passa, inclusive, a não desenvolver devidamente suas funções laborais, o que atinge não apenas sua saúde, mas o próprio mercado que passa deixar de lucrar pelo decréscimo em sua produção.

De início necessita-se compreender que a relação do homem com a duração do trabalho e com o não trabalho<sup>17</sup>, sofreu profundas alterações com o passar dos séculos, sendo este último, com o advento da revolução industrial, concebido, por diversas vezes, como um tempo mau gasto, ou um período ligado a vadiagem, ou ainda como necessário para a resolução de questões ligadas ao próprio labor e assim na prática servindo como uma extensão da jornada de trabalho.

Como o passar dos séculos o homem se relacionou de diversas formas com o seu tempo livre. Entre os gregos antigos o ócio era tido como um período de produção criativa, onde o indivíduo passaria a refletir sobre diversas questões, as quais, via de regra, buscavam o bem comum na polis grega. Já no mundo atual por diversas vezes esse mesmo tempo é concebido como um período mal gasto, o qual deve ser diminuído em face do trabalho ou da profissionalização/educação para o trabalho.

Não compete à este trabalho investigar sobre o desenvolvimento histórico do conceito que aqui chama-se de “não trabalho”, mas destaca-se esse aspecto ligado ao tema, qual outrora representava algo extremamente importante para uma determinada sociedade, a exemplo dos gregos, atualmente é visto por muitos como um tempo perdido e/ou de pouca utilidade.

A inovação tecnológica também pode interferir no descanso do trabalhador, por exemplo, quando responde/lê e-mails e mensagens ligadas ao labor mesmo estando no horário de descanso. Também a tecnologia contribuiu a redução dos postos de trabalhos em alguns setores, fruto da mecanização do processo produtivo, onde o indivíduo consegue mais tempo para o gozo do lazer, contudo, sem os recursos financeiros para o seu gozo<sup>18</sup>.

---

<sup>16</sup> Organização Internacional do Trabalho, Constituição (1946). Constituição da Organização Internacional do Trabalho (OIT) e seu anexo (Declaração de Filadélfia). Disponível em [http://www.oitbrasil.org.br/sites/default/files/topic/decent\\_work/doc/constituicao\\_oit\\_538.pdf](http://www.oitbrasil.org.br/sites/default/files/topic/decent_work/doc/constituicao_oit_538.pdf). Acesso em: 24 jan. 2018.

<sup>17</sup>Entendendo esse termo como a indicação de tempo que o indivíduo tem para seus interesses particulares, exemplo: lazer, ócio, família, entre outros.

<sup>18</sup>CALVET, Otavio Amaral. **Direito ao lazer nas relações de trabalho**. São Paulo: Ltr, 2006, p.16.

Carpe Diem: Revista Cultural e Científica do UNIFACEX. v. 18, n. 01, 2020. ISSN: 2237 –8685. Paper avaliado pelo sistema blindreview, recebido em 22 de dezembro de 2019; aprovado em 08 de março de 2022.



Ambas as situações devem ser evitadas a todo custo pela sociedade, não se deve priorizar em demasia o tempo de lazer a tal ponto do indivíduo não trabalhar, como igualmente não é correto que o labor ocupe quase todo o dia do trabalhador ao ponto de não lhe permitir o devido descanso.

A problemática do direito à desconexão se encontra relacionada ao primeiro exemplo, onde o trabalho se estende para além da jornada laboral, assim o trabalhador mesmo fisicamente distante de seu trabalho continua conectado a ele. Sendo o que se passa a refletir.

#### 4.1 O DIREITO À DESCONEXÃO

Acredita-se que diante de tudo o que até aqui já foi exposto nessa investigação tornou-se perceptível diversos aspectos daquilo o quer dizer a desconexão no meio laboral. Contudo ainda se faz necessário apurar tal instituto jurídico sob a forma de um conceito, delimitando-o em relação aos demais elementos de direito.

Como já mencionado, a desconexão está intimamente ligada ao não-trabalho, ou seja, ao espaço de tempo para além da jornada de trabalho permitindo ao trabalhador um tempo razoável para sua vida particular. Ressaltando-se que a referida limitação não é apenas física como o distanciamento corporal em relação ao ambiente laboral, mas também mental, uma vez que diante dos avanços tecnológicos o trabalhador pode continuar conectado ao seu labor pelo meio digital<sup>19</sup>.

A atual realidade social demanda um alargamento da referida proteção, englobando o distanciamento físico e o mental, sob pena de não se tornar uma proteção efetiva.

Cumprir destacar que com o termo “desconexão” não se vislumbra apenas uma mudança terminológica em relação à limitação de jornada, mas sim de um aprofundamento deste entendimento. Se para a doutrina clássica o descanso do labor se relaciona com o tempo em que o trabalhador permanecia fisicamente longe do trabalho, agora por meio das evoluções tecnológicas esse afastamento deve ser aperfeiçoado abrangendo também o aspecto mental do descanso, uma vez que o empregado pode, atualmente, estar distante do espaço físico da empresa, mas conectado a ela virtualmente.

Fruto do aprimoramento doutrinário o direito à desconexão alargou o entendimento em torno da limitação da jornada de trabalho, abrangendo o descanso do trabalhador em todos os seus aspectos, inclusive no tocante ao mundo virtual, evitando-se que em seu momento de

---

19ALMEIDA, Almiro Eduardo de; Severo, Valdete Souto. **Direito à desconexão nas relações sociais do trabalho**. 2.ed. São Paulo: Ltr, 2016, p.38.

Carpe Diem: Revista Cultural e Científica do UNIFACEX. v. 18, n. 01, 2020. ISSN: 2237 –8685. Paper avaliado pelo sistema blindreview, recebido em 22 de dezembro de 2019; aprovado em 08 de março de 2022.

descanso o empregado tenha que manter-se conectado ao seu labor, respondendo emails, ou lendo memorandos por exemplo.

Por isso, o entendimento de que “se para trabalhar eu tenho que dedicar um tempo da minha vida, se ao fazê-lo eu me voltar integralmente para o trabalho, como ser humano perco a minha dimensão humanística<sup>20</sup>” é dilatado de forma a ser compreendido dentro do contexto histórico atual. Nesse sentido, os descansos com os intervalos intrajornada e interjornada, o descanso semanal remunerado e as férias, por exemplo, continuam a existir tal qual a doutrina clássica os compreende, mas agora com um acréscimo compreendendo a proteção contra a possibilidade de conexão mental pelas vias tecnológicas.

Ao investigar em âmbito constitucional o “não-trabalho” se encontra uma nítida proteção à desconexão do trabalhador em relação ao trabalho, por exemplo nos artigos 6º caput; 7º, IV; 217,§3 e 227, dentre outros. Os quais demonstram o zelo que o constituinte originário obteve com a proteção à saúde (física e mental), intimidade e lazer do trabalhador. Vistadeste arcabouço normativo o direito à desconexão é apenas a atualização da proteção à limitação da jornada de trabalho.

Para que o homem possa gozar de uma vida saudável e prazerosa, em respeito a sua dignidade, é necessário que o direito lhe proteja da possibilidade de virar escravo da técnica<sup>21</sup>, neste sentido compete aos juristas atualizarem determinados institutos legais, sem lhes retirar a essência, visando sua devida concretização. Tal é o caso em tela, que se renova frente aos avanços tecnológicos nos ambientes laborais.

Uma vez que se compreendeu qual a extensão na proteção jurídica da limitação de jornada abarcado pelo direito à desconexão, cumpre agora se busca a visão humanística do trabalho e da sua limitação.

### 3.2 ASPECTOS HUMANÍSTICOS DO DESCANSO LABORAL

Como destacado compete ao Direito do Trabalho a busca pelo reequilíbrio nas relações trabalhistas, premissa basilar em tal ramo jurídico e fundamental para reflexão em pauta. De maneira que não deve ser concebida e/ou aplicada uma doutrina trabalhista que privilegie o viés econômico em detrimento do viés social e humanístico.

---

20NASCIMENTO, Amauri Mascaro. **Direito contemporâneo do trabalho**. São Paulo: Saraiva, 2011,p.481.

21ALMEIDA, Almiro Eduardo de; Severo, Valdete Souto. **Direito à desconexão nas relações sociais do trabalho**. 2. ed. São Paulo: Ltr, 2016, p.39.

Carpe Diem: Revista Cultural e Científica do UNIFACEX. v. 18, n. 01, 2020. ISSN: 2237 –8685. Paper avaliado pelo sistema blindreview, recebido em 22 de dezembro de 2019; aprovado em 08 de março de 2022.

A paridade que defende-se deve ser alicerçada nesses dois tópicos e não no domínio de um sobre o outro, para que assim seja resguardado sempre o aspecto humanizado nas relações laborais e o equilíbrio entre o aspecto social e econômico.

Cada vez é mais frequente os ataques ao viés social e humanístico do trabalho, especialmente pela competitividade mais acentuada do mercado financeiro e da corrupção e omissão do Estado no cumprimento de suas obrigações para com a sociedade. Contudo é vital ser ressaltado que o presente trabalho não representa um ataque descabido e desproporcional às inovações tecnológicas, as quais em diversos momentos contribuem para o aperfeiçoamento da vivência social.

O que se almeja é ressaltar o aspecto humanístico da limitação do trabalho, que por muitas vezes é esquecido, em face dos avanços tecnológicos, permitindo que o trabalhador de fato possa se desconectar do ambiente laboral e goze de um tempo para o lazer e a vida privada.

Assim se faz necessário a devida apreciação dos argumentos que sustentam o direito à desconexão como um meio humanitário de reequilíbrio da relação laboral no tocante ao tempo de trabalho.

Sem levar em conta o caráter humanístico das relações trabalhistas haveria um distanciamento do respeito à natureza humana, provocando uma série de máculas gigantescas como diversas vezes ocorreram na história da humanidade, por exemplo, a escravidão ou os regimes de trabalho abusivos no final do século XIX.

Quando se indica que o direito ao descanso e lazer possui tal aspecto humanitário quer-se dizer isto sob dois pontos de vista: a) ao direito ao lazer para além das atividades laborais (física e mentalmente), e b) dentro do próprio espaço de trabalho<sup>22</sup>. O primeiro permite que os indivíduos possam desenvolver suas próprias peculiaridades, florescendo naqueles aspectos que lhe são próprios, no esporte, arte, cultura, etc. Já no segundo, tem-se a possibilidade de desenvolvimento e mudança de consciência dentro do próprio ambiente de trabalho, qual passa a possibilitar alguns minutos para atividades motivacionais ou ligadas a saúde, de forma tal que desconstrua o trabalho como algo penoso, ou contrário tornando-o mais agradável aos trabalhadores. Ressalta-se ainda que em ambos os casos o indivíduo deve ter o seu momento de descanso por própria imposição natural, já que o corpo humano não consegue trabalhar de forma contínua e ininterrupta por longos períodos sem que isto se acarrete graves danos à saúde.

---

22CALVET, Otavio Amaral. **Direito ao lazer nas relações de trabalho**. São Paulo: Ltr, 2006, p.17.

Como se faz notar há nessa postura humanitária uma valorização<sup>23</sup> do tempo livre (não-trabalho) que provoca uma dupla consequência, uma ligada à saúde do trabalhador, qual passa ter mais tempo para cuidar de sua saúde física e mental, e como consequência um aumento em sua produção laboral. Deste modo tem-se:

Para o trabalhador, como vimos, limitar a duração do trabalho e dar-lhe condições efetivas de descanso e lazer constitui proteção indispensável a sua higidez física e mental. [...] Da perspectiva do empregador, a limitação da jornada e, portanto, o direito à desconexão, tem relevância econômica: pelo tempo à disposição se afere a produtividade, dimensiona-se a troca a ser efetivada e apura-se a viabilidade de determinado empreendimento. E mais: o homem com tempo livre é potencialmente consumidor do produto que fabrica<sup>24</sup>.

Neste sentido deve-se respeitar a limitação da jornada de trabalho e estimular o gozo do lazer por parte dos trabalhadores, os quais passam a se tornar consumidores em tais momentos, gerando lucros para as empresas, além de que com o devido descanso, recuperam suas energias e passam ser mais produtivos. Portanto o direito à desconexão gera no meio laboral uma situação de reequilíbrio entre o viés econômico e social, onde ambos auferem consequências positivas.

Contudo, o que se tem visto na realidade concreta é o desrespeito à limitação da jornada de trabalho, onde cada vez mais os trabalhadores estão conectados, física e/ou mentalmente, ao ambiente laboral, desenvolvendo inclusive atividades laborais após o horário de trabalho, ou seja, mantendo-se conectado ao ambiente labora.

## 5 CONCLUSÃO

Diante de tudo o que aqui foi mencionado, algumas considerações finais parecem cabíveis serem extraídas. De pronto, percebe-se que o Direito do Trabalho não pode se furtar da realidade. A concretude dos fatos que permeiam a existência do homem atual é um aspecto imprescindível a ser levado em conta por aqueles que desenvolvem e aplicam à ciência jurídica.

Como ramo do conhecimento humano a área jurídica visa o bem comum e para tanto deve buscar solucionar problemas de determinado tempo e espaço, sob pena de descrédito

---

23Ou até mesmo de revalorização do tempo livre, uma vez que historicamente o ócio já foi considerado como importantíssimo para a construção de uma sociedade, basta vislumbrarmos o papel do ócio entre os gregos antigos. 24ALMEIDA, Almiro Eduardo de; Severo, Valdete Souto. **Direito à desconexão nas relações sociais do trabalho**. 2. ed. São Paulo: Ltr, 2016, p.14 e 15.

social. O ramo jurídico laboral não se pode furtar deste aspecto, assim, as reflexões promovidas pelos juristas modernos devem levar em consideração, por exemplo, os avanços tecnológicos em um mundo cada vez mais globalizado.

Um dos pontos, na doutrina trabalhista, que mais foi atingido pela influência tecnológica no meio laboral foi a limitação da jornada de trabalho e conseqüentemente o Direito ao lazer. Cada vez mais os trabalhadores se encontram conectados ao ambiente laboral e as suas relações, não lhes sobrando tempo para aquilo que se denomina - Direito ao lazer (ao não-trabalho). O que resulta na ausência de tempo para o desenvolvimento de si mesmo em meio as suas particularidades, ou seja, atualmente muitos trabalhadores encontram-se conectados ao trabalho mesmo após o horário laboral.

O Direito do Trabalho não pode furtar-se de refletir sobre tal aporia, devendo encontrar uma solução viável para resguardar o trabalhador sem levá-lo ao desemprego. Em outras palavras, a luta histórica pela limitação da jornada de trabalho ganha uma nova roupagem.

Uma das soluções viáveis para essa questão é a doutrina defendida por Jorge Souto Maior denominada de Direito à desconexão, ou seja, todo trabalhador tem o direito a se desconectar, de forma física e mental, do trabalho, dedicando-se a atividades que julgar necessárias para o desenvolvimento de sua vida particular. Desta forma, foi apresentado aos operadores do Direito uma resposta à influência das tecnologias no meio laboral, de modo a possibilitar a limitação da jornada de trabalho.

O caráter humanístico do Direito à desconexão já confere importância vital, sendo uma necessidade de saúde humana um tempo para o descanso e/ou execução de atividades de lazer. Portanto, diante dos conceitos apresentados, tem-se a possibilidade de solucionar o conflito moderno sobre a limitação da jornada de trabalho.

## REFERÊNCIAS

- ALMEIDA, Almiro Eduardo de; Severo, Valdete Souto. **Direito à desconexão nas relações sociais do trabalho**. 2. ed. São Paulo: Ltr, 2016.
- BRASIL. **Constituição (1988)**. Constituição da República Federativa do Brasil. Brasília, DF: Senado Federal: Centro Gráfico, 1988.
- CALVET, Otávio Amaral. **Direito ao lazer nas relações de trabalho**. 1 ed. São Paulo: Ltr, 2006.
- GODINHO, Mauricio Delgado; VASCONCELOS, Lorena Porto (organizadores). **O Estado de bem-estar social no século XXI**. São Paulo: Ltr, 2007.
- MELO, Raimundo Simão de. **Direito ambiental do trabalho e a saúde do trabalhador: responsabilidades legais, dano material, dano moral, dano estético, perda de uma chance**. 2. ed. São Paulo: LTr, 2006.
- NASCIMENTO, Amauri Mascaro. **Direito contemporâneo do trabalho**. São Paulo: Saraiva, 2011.
- NASCIMENTO, Amauri Mascaro. **Iniciação ao direito do trabalho**. 38. ed. São Paulo, Ltr, 2013.
- ORGANIZAÇÃO INTERNACIONAL DO TRABALHO, CONSTITUIÇÃO (1946). **Constituição da Organização Internacional do Trabalho (OIT) e seu anexo (Declaração de Filadélfia)**. Disponível em: [http://www.oitbrasil.org.br/sites/default/files/topic/decent\\_work/doc/constituicao\\_oit\\_538.pdf](http://www.oitbrasil.org.br/sites/default/files/topic/decent_work/doc/constituicao_oit_538.pdf). Acesso em: 24 jan.2018.
- REALE, Miguel. **Crise do capitalismo e crise do Estado**. São Paulo: Editora SENAC, 2000.
- \_\_\_\_\_. **Filosofia do Direito**. 13. ed. São Paulo: Saraiva, 1990
- SARLET, Ingo Wolfgang; TIMM, Luciano Beneti (org.). **Direitos Fundamentais, orçamento e “reserva do possível”**. 2. ed. rev. e ampl. Porto Alegre: Livraria do Advogado, 2013.