



UNIVERSIDADE DE BRASÍLIA
CURSO DE ESPECIALIZAÇÃO EM DIREITO CONSTITUCIONAL DO TRABALHO TST/UnB

ANA FLÁVIA PIMENTEL MENDES

**“AUTOFAGIA - EU DEVORO MEU PRÓPRIO TEMPO”:
DESAFIOS E PERSPECTIVAS PARA O RECONHECIMENTO DO DANO
EXISTENCIAL DECORRENTE DA JORNADA EXCESSIVA NA JURISPRUDÊNCIA
DO TRIBUNAL SUPERIOR DO TRABALHO**

Orientadora: Prof.^a Dr.^a Gabriela Neves Delgado

Brasília

2025

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO.....	5
2 O PARADOXO DA LIBERDADE NEOLIBERAL NA SOCIEDADE DO DESEMPENHO, SOB A PERSPECTIVA DE BYUNG-CHUL HAN.....	7
3 O DIREITO FUNDAMENTAL AO TRABALHO DIGNO.....	10
4 A JORNADA DE TRABALHO EXCESSIVA EM CONTRAPOSIÇÃO AO DIREITO FUNDAMENTAL AO TRABALHO DIGNO.....	14
5 O DANO EXISTENCIAL DECORRENTE DO EXCESSO DE JORNADA DE TRABALHO NA PERSPECTIVA DA JURISPRUDÊNCIA DO TST	17
6 CONSIDERAÇÕES FINAIS	26
REFERÊNCIAS.....	28

RESUMO

Neste artigo, analisa-se o paradoxo da liberdade neoliberal na sociedade do desempenho, com base na perspectiva do filósofo sul-coreano Byung-Chul Han. Em suas obras "Psicopolítica – O neoliberalismo e as novas técnicas de poder" e "Sociedade do Cansaço", Byung-Chul Han aborda a transição da “sociedade disciplinar” para uma “sociedade do desempenho”, caracterizada pela “autocoerção” e pela “autoexploração”. Esse contexto resulta em consequências como o *burnout* e outras patologias psíquicas, evidenciando os impactos da lógica neoliberal na saúde mental dos trabalhadores. A partir dessa análise filosófica, o estudo relaciona a exploração do trabalho, típica da sociedade do desempenho, à violação do direito constitucional à limitação da jornada de trabalho, essencial para garantir condições dignas de trabalho. O conceito de dano existencial, entendido como a privação do trabalhador de seu tempo livre e do convívio social e familiar, é explorado sob a perspectiva do constitucionalismo humanista social, da tese do direito fundamental ao trabalho digno e da jurisprudência do Tribunal Superior do Trabalho (TST). Em especial, o artigo objetiva examinar os desafios e perspectivas para o reconhecimento do dano existencial decorrente da jornada excessiva na jurisprudência do Tribunal Superior do Trabalho, a partir do entendimento recente da Subseção I, Especializada em Dissídios Individuais (SDI-I) do TST, que estabeleceu a necessidade de comprovação específica do prejuízo pessoal, social ou familiar para a caracterização do dano existencial, afastando a presunção automática desse dano em casos de jornadas excessivas.

Palavras-chave: Direito Constitucional do Trabalho. Direito fundamental ao trabalho digno. Dano existencial decorrente do excesso de jornada.

ABSTRACT

This article analyzes the paradox of neoliberal freedom in the performance society, based on the perspective of South Korean philosopher Byung-Chul Han. In his works "Psychopolitics – Neoliberalism and New Techniques of Power" and "The Burnout Society", Byung-Chul Han addresses the transition from the "disciplinary society" to a "performance society", characterized by "self-coercion" and "self-exploitation". This context results in consequences such as burnout and other psychological pathologies, highlighting the impacts of neoliberal logic on workers' mental health.

From this philosophical analysis, the study relates the exploitation of labor typical of the performance society to the violation of the constitutional right to limit working hours, which

is essential to ensure decent working conditions. The concept of existential damage, understood as the deprivation of the worker's free time and social and family interaction, is explored from the perspective of social humanist constitutionalism, the thesis of the fundamental right to decent work, and the jurisprudence of the Superior Labor Court (TST). In particular, the article aims to examine the challenges and perspectives for recognizing existential damage resulting from excessive working hours in the jurisprudence of the Superior Labor Court, based on the recent understanding of the TST's Individual Disputes Specialized Subsection I (SDI-I), which established the need for specific proof of personal, social, or family harm for the characterization of existential damage, dismissing the automatic presumption of such damage in cases of excessive working hours.

Keywords: Constitutional Labor Law. Fundamental Right to Decent Work. Existential Damage Resulting from Excessive Working Hours.

1 INTRODUÇÃO

Byung-Chul Han é um filósofo sul-coreano, radicado na Alemanha, “que tem dedicado sua obra a caracterizar o que seria o modo de existência sob a lógica do capitalismo (neoliberal), por ele denominada como existência econômica”¹. Em suas obras “Psicopolítica – O neoliberalismo e as novas técnicas de poder”² e “Sociedade do Cansaço”³, enfoca a passagem de uma “forma de vida disciplinar” para uma “forma de vida do desempenho”, própria do capitalismo neoliberal⁴.

Já no primeiro capítulo da obra *Psicopolítica*, Byung-Chul Han apresenta a ideia de que, na passagem da forma de vida da “sociedade do controle” para a “sociedade do cansaço”, o sujeito se submete a uma dinâmica de autocoerção, de que são sintomas patológicos as doenças psíquicas e o *burnout* (síndrome do esgotamento profissional), pois, diante da sociedade do desempenho, acaba por explorar “voluntariamente a si mesmo”⁵.

A autoexploração de si próprio pelo sujeito do desempenho, em razão de um contexto político e social que faz com que ele acredite nessa pressão como o melhor a ser feito para si mesmo, como uma forma de ser livre, é que justifica a apropriação do título “AUTOFAGIA – EU DEVORO MEU PRÓPRIO TEMPO”, da exposição do artista Densol Uchoa, neste artigo, embora o artista tenha se utilizado da expressão numa concepção distinta daquela que aqui se pretende expressar⁶.

O paradoxo da liberdade neoliberal na sociedade do desempenho, de acordo com Byung-Chul Han, consiste no fato de que a liberdade é a “forma mais eficiente de subjetivação e sujeição”, uma forma de assegurar “obrigações de desempenho e otimização” em busca do alcance de uma eficiência sem limites⁷.

¹ MACHADO, Lucas Nascimento. **A Filosofia de Byung-Chul Han**. Casa do Saber, 2024. Disponível em: <https://ondemand.casadosaber.com.br/curso/259/a-filosofia-de-byung-chul-han>. Acesso em: 10/01/2025.

² HAN, Byung-Chul. **Psicopolítica - O neoliberalismo e as novas técnicas de poder**. Trad. Maurício Liesen. Belo Horizonte: Âyiné, 2023.

³ HAN, Byung-Chul. **Sociedade do cansaço**; tradução de Enio Paulo Giachini; tradução dos trechos em inglês por Leticia Meirelles. Petrópolis, RJ: Vozes, 2024.

⁴ *Idem. Ibidem.*

⁵ HAN, Byung-Chul. **Psicopolítica O neoliberalismo e as novas técnicas de poder**. *Op. Cit.* pp. 1-10.

⁶ Nome da exposição individual do pintor Delson Uchoa, que tem como característica o que o artista denomina de “autofagia”. Assim ele descreve: “Frequentemente ele volta a um trabalho antigo e o amplia, enxertando outras pinturas ou pedaços de seu ‘banco de pele’, as sucessivas camadas de pintura sobre resina retiradas do chão”. O trabalho, assim, marca a passagem do tempo. Fontes: <https://oglobo.globo.com/cultura/artes-visuais/as-marcas-do-tempo-nas-pinturas-de-delson-uchoa-22799064> e <https://artebrasileiros.com.br/page/147/?q=propaganda-gratis-tuum.com.br&n=6809&p=Revista>. Acesso em 05/01/2024.

⁷ HAN, Byung-Chul. **Psicopolítica O neoliberalismo e as novas técnicas de poder**. *Op. Cit.* pp. 1-10.

A utilização da análise de Byung-Chul Han acerca das novas formas de exploração do trabalho sob o capitalismo neoliberal justifica-se pela compreensão de que o entendimento dos fenômenos sociais deve nortear a atividade do Poder Judiciário, a fim de assegurar que as decisões judiciais estejam alinhadas aos direitos fundamentais constitucionalizados, ao longo do tempo.

Compreende-se que a exploração do trabalho (ou “autoexploração” do sujeito que trabalha), no modo de produção capitalista neoliberal, com um excesso de produtividade sem limites, viola o direito constitucional à limitação de jornada, pressuposto do trabalho digno assegurado pelo paradigma do constitucionalismo humanista e social, além de atingir “a vida do trabalhador, com a invasão de sua esfera privada e o comprometimento de seu tempo livre, prejudicando o exercício de outras atividades e o convívio familiar”⁸.

O prejuízo ao “projeto de vida” e à “vida de relações” do trabalhador configura dano existencial, sujeito a reparação, à luz da jurisprudência do Tribunal Superior do Trabalho, mesmo antes de o art. 223-B da Lei 13.467/2017 expressamente prever essa modalidade de dano indenizável⁹.

No julgamento dos Emb-E-RR-10336-49.2021.5.15.0078¹⁰, a Subseção I Especializada em Dissídios Individuais do Tribunal Superior do Trabalho reafirmou a jurisprudência no sentido de que, para a caracterização do dano existencial nas relações trabalhistas, não basta a constatação da jornada de trabalho excessiva – dano *in re ipsa* -, sendo necessária prova específica do efetivo prejuízo pessoal, social ou familiar que este excesso de trabalho tenha provocado no trabalhador. Nesse contexto, pretende-se analisar, a partir dos fundamentos do voto condutor e da justificativa de voto vencido, quais são os desafios e as perspectivas para o reconhecimento do dano existencial decorrente da jornada excessiva, na jurisprudência do Tribunal Superior do Trabalho.

Assim, a partir dos objetivos traçados, o artigo foi dividido nas seguintes partes: a primeira parte trata do paradoxo da liberdade neoliberal na sociedade do desempenho, sob a perspectiva de Byung-Chul Han. A segunda parte discorre sobre as principais bases teóricas da tese do “direito fundamental ao trabalho digno”. A terceira parte trata da jornada excessiva em

⁸ LEMOS, Maria Cecília de Almeida Monteiro. **O Dano Existencial nas Relações de Trabalho Intermitentes: reflexões na perspectiva do direito fundamental ao trabalho digno.** Disponível em: https://repositorio.unb.br/bitstream/10482/34531/1/2018_MariaCec%c3%adliadeAlmeidaMonteiroLemos.pdf. Acesso em 23/3/2025. p. 20.

⁹ *Ibidem*. p. 9.

¹⁰ Emb-E-RR-10336-49.2021.5.15.0078, Subseção I Especializada em Dissídios Individuais, Relator Ministro Hugo Carlos Scheuermann, DEJT 14/02/2025

contraposição ao direito fundamental ao trabalho digno. Já a quarta parte reflete sobre o dano existencial decorrente do excesso de jornada de trabalho na perspectiva da jurisprudência do TST.

A escolha por essa estrutura se justifica pela necessidade de construir um percurso argumentativo que parta da crítica filosófica ao modelo de produção contemporâneo até sua repercussão concreta no Direito do Trabalho brasileiro. Objetiva-se, assim, evidenciar como os discursos jurídicos e as práticas judiciais podem (ou não) acompanhar a complexidade da realidade social vivida pelos trabalhadores submetidos a jornadas cada vez mais longas e intensas.

2 O PARADOXO DA LIBERDADE NEOLIBERAL NA SOCIEDADE DO DESEMPENHO, SOB A PERSPECTIVA DE BYUNG-CHUL HAN

Byung-Chul Han, ao explorar o modo de vida da sociedade capitalista, defende a ideia de que o propósito do indivíduo nesse contexto é o de preservar a si mesmo diante da morte, entendida como aquilo que nega a ele sua existência, seu modo de ser, sendo que a forma de obter meios para se preservar diante da morte se dá mediante o acúmulo de capital¹¹.

Conforme visto, os ensaios *Psicopolítica*¹² e *Sociedade do Cansaço*¹³ são complementares. Ambos versam sobre a mudança de paradigma na passagem da forma de vida disciplinar, própria do capitalismo industrial, para uma forma de vida do desempenho, particular do capitalismo neoliberal, bem como sobre as mudanças psíquicas dela resultantes.

Byung-Chul Han afirma que “a sociedade do século XXI não é mais a sociedade disciplinar, mas uma sociedade de desempenho. Também seus habitantes não se chamam mais ‘sujeitos da obediência’, mas sujeitos de desempenho e produção”¹⁴.

Para ele, a forma disciplinar, biopolítica, atua sobre o corpo do indivíduo e o transforma em uma máquina de produção e repetição que, no entanto, é limitada. O autor cita, entre outros, a fábrica como representante da vida disciplinar própria do modo de produção industrial, cuja

¹¹ MACHADO, Lucas Nascimento. *A Filosofia de Byung-Chul Han*. *Op. Cit.*

¹² HAN, Byung-Chul. *Psicopolítica O neoliberalismo e as novas técnicas de poder*. *Op. Cit.*

¹³ HAN, Byung-Chul. *Sociedade do cansaço*. *Op. Cit.*

¹⁴ *Ibidem*. p. 17.

rigidez não atende aos modos de produção pós-industriais, imateriais, em rede, que necessitam de abertura¹⁵.

O neoliberalismo, para o autor, surge como uma “mutação do capitalismo” industrial, que elimina a exploração própria da sociedade do controle, do empregado da fábrica, e faz emergir um trabalhador que explora a si mesmo, “senhor e servo em uma única pessoa”¹⁶. Nesse contexto, o indivíduo se autoexplora, fiscaliza a si mesmo, trazendo dentro de si “um pan-óptico no qual é, de uma só vez, o guarda e o interno”¹⁷.

Esse contexto seria um “agravamento” do capitalismo, em que se verifica um aumento de produtividade sem limites e regras, para um trabalhador que vive em uma era digital. A desregulamentação é destacada pelo autor como uma necessidade dessa fase do capitalismo, que tem na total liberdade de produzir sem limites sua característica central na dinâmica de produção.

Segundo o autor:

A sociedade de desempenho vai se desvinculando cada vez mais da negatividade. Justamente a desregulamentação crescente vai abolindo-a. O poder ilimitado é o verbo modal positivo da sociedade de desempenho. O plural coletivo da afirmação *Yes, we can* expressa precisamente o caráter de positividade da sociedade de desempenho. No lugar de proibição, mandamento ou lei, entram projeto, iniciativa e motivação. A sociedade disciplinar ainda está dominada pelo não. Sua negatividade gera loucos e delinquentes. A sociedade do desempenho, ao contrário, produz depressivos e fracassados¹⁸.

Para Byung-Chul Han, a Psicopolítica seria a forma de governo desse regime que atua sob a psique, no qual “a motivação, o projeto, a competição, a otimização e a iniciativa” são as novas técnicas de dominação que fazem com que o indivíduo produza até esgotar suas forças, sem regras ou limites. É a otimização mental que passa a existir e que se serve da tecnologia digital¹⁹.

¹⁵ “Foucault vincula expressamente a biopolítica à forma disciplinar do capitalismo, que, em sua forma produtiva, socializa o corpo: «Foi no biológico, no somático, no corporal que, antes de tudo, investiu a sociedade capitalista. O corpo é uma realidade biopolítica». Assim, a biopolítica está fundamentalmente associada ao biológico e ao corporal”. A respeito, consultar: HAN, Byung-Chul. **Psicopolítica O neoliberalismo e as novas técnicas de poder**. *Op. Cit.* p. 39.

¹⁶ HAN, Byung-Chul. **Psicopolítica O neoliberalismo e as novas técnicas de poder**. *Op. Cit.* p. 15.

¹⁷ *Ibidem*. pp. 90-91.

¹⁸ HAN, Byung-Chul **Sociedade do cansaço**. *Op. Cit.* p. 18.

¹⁹ *Ibidem*. p. 31

Note-se que, enquanto a forma de manifestação do poder, na sociedade do controle, é proibitiva e oposta à liberdade, na sociedade do desempenho o poder se passa por liberdade, fazendo com que o sujeito submisso não seja consciente da sua condição de submissão. Assim, o indivíduo passa de “obediente” para “dependente”²⁰.

De acordo com Byung-Chul Han:

O sujeito neoliberal de desempenho como «empresário de si mesmo» explora-se voluntária e apaixonadamente. Fazer de si uma obra de arte é uma aparência bela e enganosa que o regime neoliberal mantém para explorá-lo por inteiro. A técnica de poder do regime neoliberal assume uma forma sutil. Não se apodera do indivíduo na forma direta. Em vez disso, garante que o indivíduo, por si só, aja sobre si mesmo de forma que reproduza o contexto de dominação dentro de si e interprete como liberdade. Aqui coincidem a otimização de si e a submissão, a liberdade e a exploração²¹

Portanto, o paradoxo da liberdade no regime neoliberal consiste no fato de o indivíduo considerar-se livre mas, na verdade, ser levado a um esgotamento de todas as suas forças, um colapso interno, diante do imperativo de produtividade.

Nessa direção, Byung-Chul Han enfatiza:

(...) tão destrutiva quanto a violência da negatividade é a violência da positividade. A psicopolítica neoliberal, com a indústria da consciência, destrói a alma humana, que é tudo menos uma máquina positiva. O sujeito do regime neoliberal perece com o imperativo da otimização de si, ou seja, ele morre da obrigação de produzir cada vez mais desempenho. A cura se torna assassinato²².

Segundo o autor, as doenças presentes na sociedade atual (depressão, *burnout*, déficit de atenção ou síndrome de hiperatividade, por exemplo) decorrem da falta de limite, do poder tudo, das ideias de liberdade e desregulamentação²³.

Em muitos casos, o ambiente profissional se apresenta como evidência empírica da teoria de Byung-Chul Han sobre o excesso de produtividade e do fato de já habitar, “naturalmente, o inconsciente social, o desejo de maximizar a produção”²⁴.

20 *Ibidem*. p. 26.

21 HAN, Byung-Chul **Sociedade do cansaço**. *Op. Cit.* p. 45.

22 HAN, Byung-Chul. **Psicopolítica O neoliberalismo e as novas técnicas de poder**. *Op. Cit.* p. 51. (grifos acrescidos).

23 HAN, Byung-Chul **Sociedade do cansaço**. *Op. Cit.* p. 68.

Assim, para o autor, o sujeito pós-moderno “transforma a razão de toda a sua existência em apenas trabalhar”²⁵. É do trabalho que ele espera alcançar prazer e realização. Mas, ao invés de alcançar aquilo que o tornaria efetivamente livre, o que se vê é a “violência da positividade”, resultante da superprodução, do excesso de desempenho, que gera indivíduos exaustos, esgotados, sufocados frente à demasia. Esse, aliás, é o enfoque da obra mais conhecida de Byung-Chul Han, intitulada *Sociedade do Cansaço*²⁶.

Na esfera jurídica, confirma a tese de Byung-Chul Han estudo sobre a jornada de trabalho no século XXI e os paradigmas do trabalho digno e decente²⁷, de Fernando Carmona Pedroso e Sílvio Beltramelli Neto. Os autores ressaltam um incremento importante no ritmo de trabalho, desde 1980, que resultou em consequências psicológicas e “desfecho fatal” por excesso de trabalho, sobretudo por aqueles tomados pelo ímpeto de se destacar, ressaltando os distúrbios neurológicos, como depressão e ansiedade, causadores de aumento da taxa de mortalidade e de incapacidade para o trabalho.

Nesse cenário, observa-se uma contradição entre o discurso de modernização das relações de trabalho e o efetivo retrocesso nas garantias dos direitos fundamentais trabalhistas. É que a suposta autonomia conferida pelas formas de trabalho intermediadas pela tecnologia digital muitas vezes oculta a ausência de limites objetivos, intensificando o esgotamento físico e emocional do trabalhador. A flexibilização, nesses moldes, converte-se em precarização.

Essa “psicopolítica” contemporânea não age pela repressão direta, mas sim pela indução constante à performance. O sujeito não resiste à dominação, porque não a percebe como tal. A opressão é internalizada sob a forma de metas, métricas e autoaperfeiçoamento, criando uma subjetividade autônoma apenas na aparência. Assim, a alienação torna-se silenciosa e profunda, dificultando inclusive a percepção do dano.

3 O DIREITO FUNDAMENTAL AO TRABALHO DIGNO

A evolução dos direitos fundamentais no constitucionalismo ocidental passou por três paradigmas principais: o do Estado Liberal de Direito, centrado na liberdade e propriedade; o

²⁴ *Ibidem*, p. 18.

²⁵ *Ibidem*, p. 19.

²⁶ HAN, Byung-Chul *Sociedade do cansaço*. *Op. Cit.* p. 19.

²⁷ PEDROSO, Fernando Carmona; BELTRAMELLI NETO, Sílvio. *Tempus Atque Dignitas: Jornada Laboral no Século XXI sob os Paradigmas Teóricos do Trabalho Digno e Cooperativo Internacional do Trabalho Decente*. In: DELGADO, Gabriela Neves (coord.). **Direito fundamental ao trabalho digno no Século XXI: desafios e ressignificações para as relações de trabalho da era digital**. São Paulo: LTr, 2020, pp. 182-198.

do Estado Social de Direito, que introduziu os direitos sociais e a ideia de justiça social; e o do Estado Democrático de Direito, marco contemporâneo, que eleva a dignidade da pessoa humana como valor central do ordenamento jurídico.

O “marco contemporâneo do constitucionalismo”, conhecido como Estado Democrático de Direito ou “Constitucionalismo Humanista e Social”²⁸, resulta da maturação dos paradigmas anteriores, sendo o estágio mais avançado na consolidação dos direitos humanos e fundamentais, especialmente no âmbito trabalhista²⁹.

Esse novo paradigma ingressou no ordenamento jurídico brasileiro com a Constituição Federal de 1988, cujo preâmbulo estabelece a fundação de um “Estado Democrático, destinado a assegurar o exercício dos direitos sociais e individuais, a liberdade, a segurança, o bem-estar, o desenvolvimento, a igualdade e a justiça como valores supremos”. Nesse modelo constitucional, a dignidade da pessoa humana assume papel central, conferindo força normativa aos princípios constitucionais e alçando o ser humano ao centro da ordem jurídica³⁰.

A Constituição de 1988 adota o Estado Democrático de Direito como regime político, baseado na democracia e no respeito aos direitos humanos e comprometido com os direitos sociais, a realização da justiça social e a centralidade da pessoa humana. A democracia, nesse contexto, é mais do que um regime político: ela é o princípio estruturante de toda a ordem constitucional.

A incorporação do conceito de Estado Democrático de Direito, a sua “arquitetura principiológica humanista social e o seu conceito de direitos fundamentais da pessoa humana” são os três “eixos centrais de estruturação da Constituição da República Federativa do Brasil”, de acordo com Mauricio Godinho Delgado e Gabriela Neves Delgado³¹.

A Constituição de 1988 concebe os direitos fundamentais como essenciais à realização plena da pessoa humana. Tais direitos abrangem o patrimônio moral e os elementos

²⁸ DELGADO, Mauricio Godinho. **Direito do Trabalho no Brasil: formação e desenvolvimento** – Colônia, Império e República. 2ª ed., rev., atual. e ampl. São Paulo: Juspodivm, 2024.

²⁹ DELGADO, Mauricio Godinho; DELGADO, Gabriela Neves. **Constituição da República e Direitos Fundamentais: dignidade da pessoa humana, justiça social e direito do trabalho**. São Paulo: LTr, 2012, pp. 26-27.

³⁰ DELGADO, Mauricio Godinho; DELGADO, Gabriela Neves. **O Estado Democrático de Direito e a Centralidade e Dignidade da Pessoa Humana: reflexões a partir da multidimensionalidade do Direito Fundamental ao Trabalho Digno**. In: DELGADO, Gabriela Neves (coord.). **Direito fundamental ao trabalho digno no Século XXI: desafios e ressignificações para as relações de trabalho da era digital**. Vol. 1. São Paulo: LTr, 2020, p. 32.

³¹ DELGADO, Mauricio Godinho; DELGADO, Gabriela Neves. A matriz da Constituição de 1988 como parâmetro para a análise da reforma trabalhista. In: **Revista do Tribunal Superior do Trabalho**, São Paulo, v. 83, n. 3, p. 193-211, jul./set. 2017. Disponível em: https://juslaboris.tst.jus.br/bitstream/handle/20.500.12178/115870/2017_delgado_mauricio_matriz_constituicao.pdf?sequence=1&isAllowed=y. Acesso em 26/03/2025.

indispensáveis a uma vida digna. Para Maria Cecília de Almeida Monteiro Lemos, tais direitos são consagrados na Constituição como cláusulas pétreas, não sendo passíveis de modificação³².

Assim, a partir do novo constitucionalismo, o Brasil adota uma arquitetura constitucional que valoriza os princípios humanísticos e sociais e insere os direitos fundamentais no núcleo da ordem jurídica³³.

O conceito de Estado Democrático de direito, de acordo com Maurício Godinho Delgado, se estrutura sobre um tripé: “a pessoa humana, com a sua dignidade; a sociedade política, concebida como democrática e inclusiva; a sociedade civil, também concebida como democrática e inclusiva”³⁴. Tal concepção projeta os chamados “princípios humanistas e sociais”, os quais incluem, além da dignidade da pessoa humana, a centralidade do ser humano na ordem jurídica e na vida socioeconômica.³⁵

Esses princípios se desdobram em valores diretamente relacionados ao mundo do trabalho. Entre eles, destacam-se, na lição de Mauricio Godinho Delgado e Gabriela Neves Delgado³⁶:

o princípio da inviolabilidade do direito à vida, que abrange a inviolabilidade física e a inviolabilidade moral, a par da inviolabilidade da vida privada e da intimidade do ser humano; o princípio do bem-estar individual e social; princípio da justiça social; o princípio da submissão da propriedade à sua função socioambiental; o princípio da não discriminação; o princípio da igualdade em sentido material (sem prejuízo da dimensão meramente formal da igualdade – que também é importante, é óbvio); o princípio da segurança, em sua multidimensionalidade, ao invés da concepção restrita que lhe caracterizava no constitucionalismo anterior; o princípio da proporcionalidade e da razoabilidade; o princípio da vedação do retrocesso social. Em seu conjunto, forma o que Mauricio Godinho Delgado denomina de *princípios constitucionais do trabalho*.

A compreensão de que o trabalho digno sintetiza esses princípios é fundamental. É que o “quadro civilizatório do novo constitucionalismo” encontra no trabalho não apenas uma forma de subsistência, mas a expressão da dignidade humana e a base da construção identitária e social do indivíduo. O Direito do Trabalho, nesse contexto, é o campo jurídico que institucionaliza essa proteção e que viabiliza a efetivação desses direitos.

³² LEMOS, Maria Cecília de Almeida Monteiro. **O Dano Existencial nas Relações de Trabalho Intermitentes: reflexões na perspectiva do direito fundamental ao trabalho digno.** *Op. Cit.* p.194.

³³ DELGADO, Mauricio Godinho. **Curso de Direito do Trabalho.** 13.ed. São Paulo: LTr, 2018, p. 133

³⁴ DELGADO, Mauricio Godinho. Constituição da República, Estado Democrático de Direito e Direito do Trabalho. *In:* DELGADO, Mauricio Godinho; DELGADO, Gabriela Neves. **Constituição da República e Direitos Fundamentais – dignidade da pessoa humana, justiça social e Direito do Trabalho.** 4. ed. São Paulo: LTr, 2017, p. 45.

³⁵ *Idem. Ibidem.*

³⁶ *Idem. Ibidem.*

Por isso, as relações de trabalho devem ser pautadas pela centralidade do ser humano. Isso implica assegurar ao trabalhador o direito a um trabalho digno, ou seja, um trabalho minimamente protegido³⁷, que respeite a integridade física, psíquica e moral do trabalhador.

Como bem aponta Gabriela Neves Delgado, “se o trabalho é um direito fundamental, deve pautar-se na dignidade da pessoa humana”. Logo, o direito ao trabalho, tal como consagrado na Constituição de 1988, é indissociável da noção de dignidade, tendo como finalidade última a emancipação do trabalhador e a afirmação de sua identidade social e coletiva. Portanto, ao se referir ao direito ao trabalho, a Constituição de 1988 refere-se a um trabalho digno, diante do nexó lógico entre direitos fundamentais e dignidade da pessoa humana, bem como ante ao fato de o trabalho em condições dignas emancipar o trabalhador e afirmar sua identidade social e coletiva³⁸.

A autora, nesse mesmo sentido, observa que a ordem jurídica do Estado Democrático de Direito não admite o trabalho enquanto sujeição pessoal, mas sim como um direito, isto é, “vantagem protegida juridicamente”³⁹. Tal perspectiva exige o reconhecimento do trabalhador como sujeito de direitos plenos, cuja atuação no mercado de trabalho deve estar necessariamente amparada por garantias que assegurem sua integridade e liberdade. Afirma que:

Enquanto sujeito de direitos, o trabalhador não se despe da sua condição de cidadão quando adentra ao ambiente de trabalho, mas carrega consigo os direitos e garantias constitucionais de proteção à sua integridade física e mental, ao seu patrimônio material e imaterial, o direito a ser tratado com igual respeito e consideração, sob pena de responsabilização do empregador, quando agente causador de danos⁴⁰.

Diante disso, torna-se evidente a importância da atuação da Justiça do Trabalho como instrumento de pacificação dos conflitos oriundos das relações de trabalho. Sua função primordial é a de garantir o equilíbrio entre capital e trabalho, sempre orientada pelos direitos

³⁷ ³⁷ DELGADO, Mauricio Godinho. Constituição da República, Estado Democrático de Direito e Direito do Trabalho. In: DELGADO, Mauricio Godinho; DELGADO, Gabriela Neves. **Constituição da República e Direitos Fundamentais – dignidade da pessoa humana, justiça social e Direito do Trabalho**. *Op. Cit.* p. 35

³⁸ DELGADO, Gabriela Neves. **O trabalho digno enquanto suporte de valor**. 2007. Disponível em: <https://ambitojuridico.com.br/o-trabalho-digno-enquanto-suporte-de-valor/>. Acesso em 26/03/2025.

³⁹ DELGADO, Gabriela Neves. **Direito Fundamental ao Trabalho Digno**. 2. ed. São Paulo: LTr, 2015. p. 180.

⁴⁰ *Idem. Ibidem.* p. 80.

fundamentais ao trabalho digno e à livre iniciativa⁴¹. Essa atuação reforça o papel essencial do Judiciário na efetivação de um modelo democrático de relações de trabalho.

Diante de tais perspectivas, o trabalho, longe de ser apenas um meio de obtenção de renda, é elemento estruturante da dignidade humana. O trabalho é concebido como valor fundante da República e elemento estruturante da dignidade humana. Deve ser prestado em condições que respeitem a saúde física e mental, a liberdade, a igualdade e a realização pessoal.

O Estado Democrático de Direito, ao consagrar o trabalho digno como valor fundamental, impõe ao Poder Público e à sociedade a obrigação de assegurar condições de trabalho que não atentem contra a integridade física ou psíquica do trabalhador.

O Direito do Trabalho é o instrumento jurídico para a efetivação dessa proteção, assegurando o patamar mínimo civilizatório, como ensina Mauricio Godinho Delgado⁴². Sob as bases do constitucionalismo humanista e social, o Direito do Trabalho deve proteger o tempo do trabalhador, seu bem-estar e sua possibilidade de desenvolver um “projeto de vida” e uma “vida de relações”. Assim, ele estará protegendo algo maior: a própria estrutura social baseada na dignidade da pessoa humana. E é sob tal perspectiva que se torna possível avançar no reconhecimento do dano existencial decorrente de jornadas de trabalho excessivas, realizadas para além do limite constitucional, e que resultem no comprometimento da saúde e da segurança dos trabalhadores.

É nesse sentido que se mostra imprescindível o olhar atento da jurisprudência e da doutrina, para que o conteúdo do direito fundamental ao trabalho digno não se esvazie diante das exigências neoliberais de alta performance e produtividade sem limites. Enfim, o desafio é de uma atuação estatal que assegure proteção contra a exploração e garanta meios de reparação de danos.

4 A JORNADA DE TRABALHO EXCESSIVA EM CONTRAPOSIÇÃO AO DIREITO FUNDAMENTAL AO TRABALHO DIGNO

Na visão de Maria Cecília de Almeida Monteiro Lemos, o trabalho produz a “própria humanidade, forma de expressão e criação do ser humano, responsável pela construção da sua

⁴¹ DELGADO, Gabriela Neves; LEMOS, Maria Cecília A. Monteiro. **Parecer Temático - A Justiça do Trabalho e a Litigiosidade Trabalhista: organograma institucional e efetividade**. Abril de 2024. Disponível em: https://www.anamatra.org.br/images/DOCUMENTOS/2024/Parecer_Anamatra_Litigiosidade_Trabalhista.pdf. Acesso em 09/03/2025.

⁴² DELGADO, Mauricio Godinho. **Curso de Direito do Trabalho**. 13.ed. São Paulo: LTr, 2018, p. 133.

identidade e fator de reconhecimento”⁴³. Em contraponto, a autora reconhece que “a exploração capitalista também faz do trabalho fator de negação das potencialidades humanas, degradação da subjetividade e alienação” tornando imperiosa a necessidade de regulamentação⁴⁴.

Para a autora, a “garantia de um patamar mínimo civilizatório de direitos trabalhistas é condição para alcançar o valor da dignidade no trabalho, destacando-se, nesse sentido, a importância da constitucionalização do Direito do Trabalho”⁴⁵.

A jurista afirma que:

A inclusão dos direitos trabalhistas, ao lado dos direitos sociais, no núcleo da Constituição, reforça o Título II – Dos Direitos e Garantias Fundamentais. O artigo 6.º estabelece como direitos sociais a educação, a saúde, a alimentação, o trabalho, a moradia, o lazer, a segurança, a previdência social, a proteção à maternidade e à infância a assistência aos desamparados. Já o artigo 7.º elenca um rol de direitos trabalhistas e previdenciários que elevaram o Direito do Trabalho ao *status* constitucional e alargam a proteção ao trabalhador urbano e rural, estabelecendo direitos mínimos —além de outros que visem à melhoria de sua condição social⁴⁶.

Os direitos trabalhistas previstos no art. 7º da Constituição são considerados “direitos individuais da pessoa humana do trabalhador, assim como os direitos sociais trabalhistas, (...) abarcados pela proteção constitucional contra quaisquer reformas”⁴⁷.

Nos termos do art. 7º da Constituição Federal

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

(...)

XIII - duração do trabalho normal não superior a oito horas diárias e quarenta e quatro semanais, facultada a compensação de horários e a redução da jornada, mediante acordo ou convenção coletiva de trabalho;

Na esfera infraconstitucional, o art. 58 da CLT fixou que “A duração normal do trabalho, para os empregados em qualquer atividade privada, não excederá de 8 (oito) horas diárias, desde que não seja fixado expressamente outro limite”.

Maria Cecília de Almeida Monteiro Lemos salienta que “o estabelecimento de uma jornada de trabalho legal é uma vitória história dos trabalhadores, na luta por melhores

⁴³ LEMOS, Maria Cecília de Almeida Monteiro. **O Dano Existencial nas Relações de Trabalho Intermitentes: reflexões na perspectiva do direito fundamental ao trabalho digno.** *Op. Cit.* pp. 43-44.

⁴⁴ *Idem. Ibidem.*

⁴⁵ *Ibidem.* p. 47.

⁴⁶ LEMOS, Maria Cecília de Almeida Monteiro. **O Dano Existencial nas Relações de Trabalho Intermitentes: reflexões na perspectiva do direito fundamental ao trabalho digno.** *Op. Cit.* p. 47.

⁴⁷ *Ibidem.* p. 42.

condições de trabalho e de vida”, além de impactar positivamente sobre a produtividade e prevenir “custos sociais elevados que as jornadas exaustivas acarretam à sociedade”⁴⁸.

A autora ressalta que a limitação da jornada constou da Encíclica Papal *Rerum Novarum* e de normas da OIT, por isso “é útil também lembrar que *a preocupação com a limitação da jornada não está restrita à legislação do trabalho, mas também tem sido caracterizada como um direito humano*”⁴⁹.

A relevância histórica da limitação da jornada demonstra que não se trata de mera cláusula contratual, mas de conquista civilizatória que vincula o trabalho à preservação da vida. Ao ser tratada como direito humano, essa limitação assume papel fundamental na construção de uma sociedade menos desigual e mais equilibrada, onde o tempo do trabalhador não seja absorvido integralmente pelas exigências do capital.

Segundo a jurista:

A Constituição Federal inovou ao assegurar o pagamento de 50% de adicional sobre o valor das horas normais de trabalho às horas extras prestadas (art. 7.º, XV) e ainda, ao acrescentar o adicional de 1/3 de remuneração às férias (inciso XVII) e assegurar que o repouso semanal seja preferencialmente aos domingos (inciso XV). Essas inovações sinalizam a importância dada ao direito à limitação de jornada como direito fundamental, de maneira a assegurar a efetividade do direito à saúde, ao descanso e ao convívio familiar, o respeito ao tempo livre do trabalho para desenvolvimento de um projeto de vida.

(...)

A eficácia dos direitos fundamentais constitucionalizados é pressuposto para a realização das premissas do Estado Democrático de Direito. Nesse sentido, as intervenções do Estado e do Poder Judiciário devem assegurar a densificação desses direitos, de forma a contribuir para a construção de uma ordem econômica e social mais justa.

Compreende-se que a limitação da jornada de trabalho se insere na esfera do trabalho digno, amparada na Constituição, sendo “condição de preservação do espaço da vida dedicado ao exercício e à expansão das liberdades e dos valores atinentes à dignidade da pessoa humana”⁵⁰. Portanto, o limite de tempo destinado ao trabalho relaciona-se à saúde e à segurança física e mental do trabalhador, além de reforçar a concepção do direito fundamental

⁴⁸ LEMOS, Maria Cecília de Almeida Monteiro. **O Dano Existencial nas Relações de Trabalho Intermitentes: reflexões na perspectiva do direito fundamental ao trabalho digno.** *Op. Cit.* p. 175.

⁴⁹ *Ibidem.* p. 176. (grifos no original).

⁵⁰ DELGADO, Gabriela Neves (Coord.). **Direito Fundamental ao Trabalho Digno no Século XXI: desafios e ressignificações para as relações de trabalho da era digital.** *Op. Cit.* p. 184.

ao trabalho digno e ao trabalho decente, ambos atrelados à inviolabilidade dos direitos humanos⁵¹.

Em acréscimo, considerando que o Brasil se constitui em Estado Democrático de Direito e tem como fundamentos o valor social do trabalho e a dignidade da pessoa humana, a exploração do trabalho alheio só deve ser reconhecida como direito se for exercida mediante proteção jurídica.⁵²

Diante disso, é possível afirmar que a proteção da jornada vai além de um mecanismo de regulação econômica - ela constitui ferramenta essencial de defesa da subjetividade obreira. Em tempos de hiperprodutividade e dissolução das fronteiras entre vida pessoal e laboral, garantir o tempo livre é também garantir o direito de existir para além do trabalho.

5 O DANO EXISTENCIAL DECORRENTE DO EXCESSO DE JORNADA DE TRABALHO NA PERSPECTIVA DA JURISPRUDÊNCIA DO TST

A Constituição Federal equiparou o dano extrapatrimonial ao dano moral. Isso não impediu, contudo, que diversas espécies do gênero dano extrapatrimonial fossem tuteladas, a exemplo do dano existencial.

Como leciona Julio César Bebbber, “não se fala mais, como outrora, unicamente em dano material e moral”, pois deles foram “destacadas outras modalidades de danos, como o existencial. Para o autor:

Revela-se excessivamente tímida a análise dos danos (e, por conseguinte, da reparação) extrapatrimoniais unicamente sob a vertente do dano moral. O direito à existência digna das pessoas, garantida pela CF (art. 1º, III), exige proteção ampla contra qualquer dano injusto causado a qualquer bem (material ou imaterial)⁵³.

⁵¹ DELGADO, Gabriela Neves (Coord.). **Direito Fundamental ao Trabalho Digno no Século XXI: desafios e ressignificações para as relações de trabalho da era digital.** *Op. Cit.* p. 184.

⁵² Nesse sentido, consultar: DELGADO, Maurício Godinho; DELGADO, Gabriela Neves. **Constituição da República e direitos fundamentais.** São Paulo: LTr, 2012. pp. 64-65; LEMOS, Maria Cecília de Almeida Monteiro. **O Direito Fundamental à Limitação de Jornada no Contrato de Trabalho Intermitente: compromisso Constitucional com o Trabalho Digno.** *In:* DELGADO, Gabriela Neves (Coord.). **Direito Fundamental ao Trabalho Digno no Século XXI: desafios e ressignificações para as relações de trabalho da era digital.** São Paulo: LTr, 2020, p. 201.

⁵³ BEBBER, Júlio César. **Danos Extrapatrimoniais (estético, biológico e existencial) – Breves Considerações.** Revista LTr. 71-01/26. Vol. 73, nº 01, Janeiro de 2009, p. 1. Disponível em: https://juslaboris.tst.jus.br/bitstream/handle/20.500.12178/169556/2009_bebber_julio_danos_extrapatrimoniais.pdf?sequence=1&isAllowed=n . Acesso em 01/04/2025.

A construção do conceito jurídico do dano existencial, como categoria autônoma de dano extrapatrimonial, tem origem na doutrina italiana⁵⁴. No Brasil, a doutrina foi também responsável por consolidar a definição de dano existencial.

A doutrinadora Flaviana Rampazzo Soares conceitua dano existencial como o que compreende, em seu aspecto objetivo, a “lesão ao complexo de relações que auxiliam no desenvolvimento normal da personalidade do sujeito, abrangendo tanto a ordem pessoal, quanto a ordem social”⁵⁵.

Maria Cecília de Almeida Monteiro Lemos ressalta que o conceito abrange o “dano ao projeto de vida”, bem como o “prejuízo a uma vida de relações”⁵⁶.

Júlio César Bebber define dano existencial “(também chamado de dano ao projeto de vida ou *prejudice d’agrément* — perda da graça, do sentido)” como

toda lesão que compromete a liberdade de escolha e frustra o projeto de vida que a pessoa elaborou para sua realização como ser humano.(12) Diz-se existencial exatamente porque o impacto gerado pelo dano provoca um vazio existencial na pessoa que perde a fonte de gratificação vital.

De acordo com o autor:

Por projeto de vida entenda-se o destino escolhido pela pessoa; o que decidiu fazer com a sua vida. O ser humano, por natureza, busca sempre extrair o máximo das suas potencialidades. Por isso, as pessoas permanentemente projetam o futuro e realizam escolhas no sentido de conduzir sua existência à realização do projeto de vida. O fato injusto que frustra esse destino (impede a sua plena realização) e obriga a pessoa a resignar-se com o seu futuro é chamado de dano existencial⁵⁷.

No Direito do Trabalho, Rúbia Zanotelli de Alvarenga e Jorge Cavalcanti Boucinhas Filho definem o dano existencial, “também chamado de dano à existência do trabalhador”, como aquele que

decorre da conduta patronal que impossibilita o empregado de se relacionar e de conviver em sociedade por meio de atividades recreativas, afetivas, espirituais, culturais, esportivas, sociais e de descanso, que lhe trarão bem-estar físico e psíquico e, por consequência, felicidade; ou que o impede de executar, de prosseguir ou mesmo de recomeçar os seus projetos de vida, que serão, por sua vez, responsáveis pelo seu crescimento ou realização

⁵⁴ LEMOS, Maria Cecília de Almeida Monteiro. **O Dano Existencial nas Relações de Trabalho Intermitentes: reflexões na perspectiva do direito fundamental ao trabalho digno.** *Op. Cit.* p. 64.

⁵⁵ SOARES, Flaviana Rampazzo. **Responsabilidade civil por dano existencial.** Porto Alegre: Livraria do Advogado, 2009. p. 44

⁵⁶ LEMOS, Maria Cecília de Almeida Monteiro. **O Dano Existencial nas Relações de Trabalho Intermitentes: reflexões na perspectiva do direito fundamental ao trabalho digno.** *Op. Cit.* p. 20.

⁵⁷ BEBBER, Júlio César. **Danos Extrapatrimoniais (estético, biológico e existencial) – Breves Considerações.** *Op. Cit.* p. 1.

profissional, social e pessoal⁵⁸.

Além da doutrina, o Judiciário Trabalhista reconheceu a existência autônoma do dano existencial, como se verifica em decisão pioneira (RR-727-76.2011.5.24.0002⁵⁹), destacada na tese de Maria Cecília de Almeida Monteiro Lemos, da 1ª Turma do TST⁶⁰.

O reconhecimento da existência autônoma do dano existencial pelo Judiciário Trabalhista ensejou a inclusão, na CLT, do dano existencial entre as espécies de danos indenizáveis, pela Lei 13.467, de 2017⁶¹. O art. 223-B da CLT dispõe que “Causa dano de natureza extrapatrimonial a ação ou omissão que ofenda a esfera moral ou existencial da pessoa física ou jurídica, as quais são as titulares exclusivas do direito à reparação”.

Partindo do reconhecimento doutrinário, jurisprudencial e legal do dano existencial, como subcategoria dos danos extrapatrimoniais, é que se passa à análise dos desafios e perspectivas para o reconhecimento do dano existencial decorrente da jornada excessiva na jurisprudência atual do Tribunal Superior do Trabalho.

Em dezembro de 2024, a Subseção 1 Especializada em Dissídios Individuais do Tribunal Superior do Trabalho, órgão que tem a função de uniformizar a jurisprudência da Corte, reafirmou entendimento majoritário a respeito do dano existencial decorrente de jornada exauriente, no julgamento do processo nº TST-Emb-RR-10336-49.2021.5.15.0078.

A *ratio decidendi* do entendimento firmado é no sentido de que para a caracterização do dano existencial nas relações trabalhistas não basta a constatação da jornada de trabalho excessiva - dano *in re ipsa* -, sendo necessária prova específica do efetivo prejuízo pessoal, social ou familiar que esse excesso de trabalho tenha provocado no trabalhador.

A decisão da SDI-1 no processo TST-Emb-RR-10336-49.2021.5.15.0078 ficou assim ementada:

"RECURSO DE EMBARGOS. INTERPOSIÇÃO SOB A ÉGIDE DA LEI 13.015/2014. DANO EXISTENCIAL. JORNADA EXAUSTIVA. NECESSIDADE DE PROVA DO DANO. ARESTOS SUPERADOS PELA ATUAL JURISPRUDÊNCIA DO TST. INCIDÊNCIA DO ART. 894, § 2º, DA CLT. 1. A Eg. Turma consignou que "a mera demonstração de labor

⁵⁸ ALVARENGA, Rúbia Zanotelli de Alvarenga; BOUCINHAS FILHO, Jorge Cavalcanti. O Dano Existencial e o Direito do Trabalho. **Revista TST**, Brasília, vol. 79, nº 2, abr/jun 2013. Disponível em: https://gvpesquisa.fgv.br/sites/gvpesquisa.fgv.br/files/arquivos/boucinhas_-_o_dano_existencial_e_o_direito_do.pdf. Acessado em: 01/04/2025.

⁵⁹ RR - 727-76.2011.5.24.0002. Relator Ministro: Hugo Carlos Scheuermann, Data de Julgamento: 19/06/2013, 1ª Turma, Data de Publicação: DEJT 28/06/2013

⁶⁰ LEMOS, Maria Cecília de Almeida Monteiro. **O Dano Existencial nas Relações de Trabalho Intermitentes: reflexões na perspectiva do direito fundamental ao trabalho digno.** *Op. Cit.* p. 234.

⁶¹ *Ibidem.* p. 96.

extraordinário, mesmo que excessivo, não caracteriza, de forma automática, dano moral existencial, sendo necessária a demonstração do efetivo prejuízo causado ao projeto de vida do trabalhador nos âmbitos profissional, social e/ou pessoal". E, por constatar que o Tribunal de origem " nada registrou acerca da efetiva comprovação de que o trabalho " " teria privado o autor do lazer e convívio com a sua família, ao longo da vigência contratual ", considerando " como caracterizado o dano existencial sem haver prova concreta que demonstrasse algum prejuízo efetivo à vida pessoal do autor ", deu provimento ao recurso de revista do reclamado, para excluir da condenação a indenização deferida em razão da jornada exaustiva. 2 . Com efeito, à luz da jurisprudência desta Corte, para que ocorra o dano existencial nas relações trabalhistas não basta a mera constatação da jornada de trabalho excessiva - dano in re ipsa -, sendo imprescindível a demonstração inequívoca do prejuízo com a limitação de atividades de cunho familiar, cultural, social, recreativas, esportivas, afetivas, ou quaisquer outras desenvolvidas pelo empregado fora do ambiente laboral. 3 . No caso, todos os paradigmas colacionados no recurso de embargos contêm entendimento no sentido de que o dano existencial por jornada exaustiva emerge in re ipsa , ou seja, prescinde de comprovação do prejuízo concreto. Estão superados, pois, pela atual jurisprudência desta Corte, a atrair o óbice do art. 894, § 2º, da CLT. Recurso de embargos não conhecido" (Emb-E-RR-10336-49.2021.5.15.0078, Subseção I Especializada em Dissídios Individuais, Relator Ministro Hugo Carlos Scheuermann, DEJT 14/02/2025).

Conforme fundamentação adotada, a reafirmação da jurisprudência, no caso, fez-se com amparo no *leading case* de relatoria do Ministro Luiz Philipe Vieira de Mello Filho (E-RR-402-61.2014.5.15.0030), julgado pela SDI-1, em que o indeferimento do dano existencial pautou-se no argumento de não se poder banalizar o instituto “mediante simplificação excessiva do seu conceito, para acabar por compreendê-lo como mera decorrência da prestação de sobrejornada”, sob pena de esvaziar a esfera de proteção da pessoa humana.

De acordo com o voto condutor de referido julgado, há “construções jurídicas relevantes e fiéis aos propósitos e requisitos do instituto” que “permitem concluir que”:

situações em que houve comprovação de rotinas de trabalho tão intensas e desprovidas de pausas implicaram a derruição das relações sociais e familiares dos trabalhadores, em prejuízo da "vida de relações" e dos projetos de futuro dos envolvidos em relações de trabalho abusivas, restando caracterizado o dano existencial. Entretanto, tais construções complexas, pautadas em aferições minuciosas de quadros fáticos, não podem dar azo à banalização do instituto, mediante simplificação excessiva do seu conceito, para acabar por compreendê-lo como mera decorrência da prestação de sobrejornada. Tal espécie de alargamento conceitual, longe de ampliar a esfera de proteção da pessoa humana a esvazia, tornando-a vulnerável e passível de não consolidação no ordenamento jurídico.

A partir dessa compreensão é que o relator ressaltou que se faz necessária a demonstração do prejuízo às relações sociais e ao projeto de vida do trabalhador:

Demonstrado concretamente o prejuízo às relações sociais e a ruína do projeto de vida do trabalhador, tem-se como comprovados, *in re ipsa*, a dor e o dano à sua personalidade. O que não se pode admitir é que, comprovada a prestação de horas extraordinárias, extraia-se daí automaticamente a consequência de que as relações sociais do trabalhador foram rompidas ou que seu projeto de vida foi suprimido do seu horizonte⁶².

Registre-se que o argumento adotado está em consonância com julgados da Subseção I envolvendo reparação de danos extrapatrimoniais, de acordo com os quais o mero descumprimento de obrigações trabalhistas, por si só, não enseja o reconhecimento automático da ocorrência de dano moral, com o consequente dever de indenizar, sendo necessária a demonstração de que tal fato ofendeu os direitos da personalidade do trabalhador⁶³.

Noutro sentido, contudo, é o voto vencido do Ministro Maurício Godinho Delgado no julgamento do processo TST-Emb-RR-10336-49.2021.5.15.0078. Em justificativa de voto vencido, ressaltou que, em casos nos quais os danos extrapatrimoniais sejam aferíveis, é plenamente viável a fixação da reparação em proveito do obreiro. Estes seriam, de acordo com o Ministro, os “casos que apresentam singularidades (*distinguishing*) que permitem estimar prejuízos concretos ao trabalhador de ordem entrapatrimonial”, os quais excluem a tese geral, adotada na Seção Especializada, de que “o labor em jornada muito extensa, por si só, não provoca a decorrência automática de existência de prejuízo de ordem subjetiva nos aspectos físico, mental e social”⁶⁴.

O Ministro ressaltou aspectos factuais presentes no caso em julgamento como, entre outros, a jornada cumprida que ultrapassava o limite extraordinário e não contemplava o intervalo intrajornada; a atividade do reclamante (motorista de ambulância); os “fatores deletérios à saúde” a que os profissionais que desempenham essa atividade estão expostos; e os riscos de acidentes, que abrangem a integridade de todas as pessoas que circulam no trânsito.

Pontuou, então, tese que permite a condenação *in re ipsa* diante do seguinte quadro:

O excesso de jornada extraordinária, para muito além das duas horas previstas na Constituição e na CLT, cumprido de forma habitual e por longo período, tipifica, em tese, o dano existencial, por configurar manifesto comprometimento do tempo útil de disponibilidade que todo indivíduo livre,

⁶² E-RR-402-61.2014.5.15.0030, Subseção I Especializada em Dissídios Individuais, Relator Ministro Luiz Philippe Vieira de Mello Filho, DEJT 27/11/2020

⁶³ ARR - 183- 86.2016.5.09.0663; Órgão Judicante: 7ª Turma; Relator: Renato de Lacerda Paiva; Julgamento: 23/03/2022; Publicação: 01/04/2022.

⁶⁴ Justificativa de voto vencido. Ministro Maurício Godinho Delgado. p. 14-16. Emb-E-RR-10336-49.2021.5.15.0078, Subseção I Especializada em Dissídios Individuais, Relator Ministro Hugo Carlos Scheuermann, DEJT 14/02/2025

inclusive o empregado, ostenta para usufruir de suas atividades pessoais, familiares e sociais.

O Ministro Maurício Godinho Delgado justificou a tese proposta à alegação de que “a exacerbação de horas extras, em intensidade desproporcional”, é, por si só, capaz de “extenuar física e psiquicamente a pessoa humana” e de lhe suprimir “o tempo útil que considera razoável para a disponibilidade pessoal, familiar e social do indivíduo”. São esses os fundamentos expostos:

A exacerbação na prestação de horas extras, em intensidade desproporcional, atingindo patamares muito acima dos permitidos pelo Direito do Trabalho, de maneira a extenuar física e psiquicamente a pessoa humana, suprimindo-lhe, ademais, o tempo útil que se considera razoável para a disponibilidade pessoal, familiar e social do indivíduo – e desde que essa distorção, na prática contratual trabalhista, ocorra de modo renitente, contínuo e durante lapso temporal significativo -, tudo conduz ao denominado dano existencial, apto a ensejar a indenização prevista no art. 5º, V e X, da Constituição Federal, e no art. 186 do Código Civil.

Como base principiológica, enfatizou o Ministro Mauricio Godinho Delgado ser necessário compreender o sentido da ordem jurídica fixada pela Constituição de 88, que instaurou o paradigma do Estado Democrático de Direito (art. 1º da CF), composto do seu “tripé conceitual” antes mencionado neste artigo. E acrescentou:

a realização dos princípios constitucionais humanísticos e sociais (inviolabilidade física e psíquica do indivíduo; bem-estar individual e social; segurança das pessoas humanas, ao invés de apenas da propriedade e das empresas, como no passado; valorização do trabalho e do emprego; justiça social; subordinação da propriedade à sua função social, entre outros princípios) é instrumento importante de garantia e cumprimento da centralidade da pessoa humana na vida socioeconômica e na ordem jurídica, concretizando sua dignidade e o próprio princípio correlato da dignidade do ser humano. Essa realização tem de ocorrer também no plano das relações humanas, sociais e econômicas, inclusive no âmbito do sistema produtivo, dentro da dinâmica da economia capitalista, segundo a Constituição da República Federativa do Brasil.

Dessa maneira, uma gestão empregatícia que submeta o indivíduo a reiterada e contínua jornada exaustiva, que se concretize muito acima dos limites legais, em dias sequenciais, sem intervalos, agride todos os princípios constitucionais acima explicitados e a própria noção estruturante de Estado Democrático de Direito.

Por fim, o Ministro afirmou persistir na jurisprudência do Tribunal Superior do Trabalho “a compreensão de ser devida a reparação por danos morais em situações congêneres”, como ilustra, entre outros, o seguinte julgado do ano de 2024:

AGRAVO. AGRAVO DE INSTRUMENTO EM RECURSO DE REVISTA. RECURSO DE REVISTA INTERPOSTO NA VIGÊNCIA DA LEI Nº 13.467/2017. [...] **INDENIZAÇÃO POR DANO MORAL. JORNADA EXAUSTIVA DE TRABALHO. PREJUÍZO NÃO PRESUMIDO.** No caso, o Regional manteve a condenação ao pagamento de indenização por danos morais, no importe de três salários do empregado, em razão da configuração de dano existencial e de ofensa à dignidade da pessoa humana. **A Corte regional assentou que o empregado estava exposto à jornada extenuante, visto que, na função de motorista de caminhão, fazia viagens longas no período de 25 dias consecutivos e folgava de forma acumulada nos 5 dias restantes.** A decisão regional não merece reparos, pois esta Corte tem entendido que o cumprimento de jornada excessiva, em função da prestação de horas extraordinárias habituais, por si só, não resulta em dano existencial, sendo imprescindível a comprovação, no caso concreto, do prejuízo ensejador do abalo de ordem moral. **A jornada exorbitante e o prejuízo ao trabalhador ficaram suficientemente provados, no caso concreto, pelo Regional, ao registrar que "a concessão irregular do repouso semanal constatado no tópico precedente tolheu o empregado do adequado convívio com familiares e amigos, frustrando reposição energias necessárias à manutenção da saúde física e mental".** Destacou-se, ainda, que "no caso específico, não pode ser deixado de lado aspecto relevantíssimo: **o empregado atuava dirigindo veículos pesados em estradas, donde decorre a conclusão de que a impossibilidade de flexibilização encontrava respaldo nos interesses maiores da sociedade de produzir segurança aos cidadãos que conduziam veículos pelas rodovias, porquanto sabe-se que uma pessoa cansada tem maior propensão ao erro, que pode ser fatal na situação de trabalho**". Portanto, in casu, comprovado o dano, o acórdão regional mostra-se em perfeita conformidade com o posicionamento sedimentado, atual e notório deste Tribunal. Agravo desprovido. [...] Ag-AIRR - 351-39.2022.5.10.0861; Órgão Judicante: 3ª Turma; Relator: José Roberto Freire Pimenta; Julgamento: 18/09/2024; Publicação: 04/10/2024

III. RECURSO DE REVISTA INTERPOSTO PELO MINISTÉRIO PÚBLICO DO TRABALHO DA 20ª REGIÃO. DANO MORAL. COLETIVO. JORNADA EXTENUANTE E DESGASTANTE. HORAS EXTRAS HABITUAIS. ARTIGOS 16, 17 E 18, DA CONVENÇÃO Nº 155 DA OIT; ART. XIV, DA DECLARAÇÃO AMERICANA DE DIREITOS E DEVERES DO HOMEM; ARTIGO 12, DO PACTO INTERNACIONAL DE DIREITOS ECONÔMICOS, SOCIAIS E CULTURAIS. 1. A Convenção nº 155, da OIT, o art. XIV da Declaração Americana de Direitos e Deveres do Homem; e o artigo 12, do Pacto Internacional de Direitos Econômicos, Sociais e Culturais, revelam que é dever dos empregadores adotar todas as medidas necessárias à redução dos riscos inerentes ao trabalho, em adesão ao dever de proteção da saúde, higiene e segurança dos trabalhadores. Uma vez descumpridas essas normas, a interpretação conjunta dos artigos 3º, da Lei 9.605/1998 e dos artigos 155, I, e 157, I e II, da CLT permite identificar que será devida reparação de quaisquer danos causados, e que derivem de um ambiente do trabalho desequilibrado. Isso, ao final, também reitera a legitimidade do Ministério Público do Trabalho para pleitear as tutelas reparatórias e inibitórias, bem como revela a necessidade de recomposição de toda a coletividade pelos prejuízos sofridos, ante as ilicitudes praticadas. 2. Nesse sentido, a Constituição Federal estabelece no art. 1º, como um de seus princípios fundamentais, a dignidade da pessoa humana. É princípio norteador dos direitos e garantias fundamentais previstos no Título II do texto constitucional. Dentre os direitos fundamentais são assegurados os direitos

individuais, bem como os direitos sociais, elencados no art. 6º, nos quais se inserem o direito à educação, à saúde, à alimentação, ao lazer e à segurança. O pleno exercício dos direitos fundamentais garante condições mínimas para a existência digna, permitindo o desenvolvimento do indivíduo e sua inserção como sujeito de direitos no âmbito da sociedade. É nesse contexto que a Constituição, ao dispor no art. 7º sobre direitos dos trabalhadores urbanos e rurais, além de outros que visem à melhoria de sua condição social, estabelece limite para a jornada de trabalho, assegurando proteção contra condutas que venham a comprometer a dignidade da pessoa humana. Nesse sentido, consta no inciso XIII o direito à "duração do trabalho normal não superior a oito horas diárias e quarenta e quatro semanais, facultada a compensação de horários e a redução da jornada, mediante acordo ou convenção coletiva de trabalho". A jornada extraordinária, por sua vez, não poderá exceder de duas horas diárias, nos termos do art. 59 da CLT. Tais limitações decorrem da inequívoca necessidade do indivíduo de inserção no seio familiar, saúde, segurança, higiene, repouso e lazer, sendo de se assinalar que a Declaração Universal dos Direitos Humanos, no art. 24º, estabelece que "toda pessoa tem direito ao repouso e aos lazeres, especialmente, a uma limitação razoável da duração do trabalho e as férias periódicas pagas". É nesse contexto que o cumprimento habitual de jornadas extenuantes, tais como a revelada nos presentes autos, afigura-se impeditivo ao exercício dos direitos fundamentais, violando o princípio da dignidade da pessoa humana. 2. Nesse sentido, a hipótese dos autos revela distinguishing em relação ao entendimento firmado pela SBDI-1 do TST quando fixou a tese de que "não se pode admitir que, comprovada a prestação de horas extraordinárias, extraia-se daí automaticamente a consequência de que as relações sociais do trabalhador foram rompidas ou que seu projeto de vida foi suprimido do seu horizonte." (E-RR-402-61.2014.5.15.0030, Subseção I Especializada em Dissídios Individuais, Relator Ministro Luiz Philippe Vieira de Mello Filho, DEJT 27/11/2020). 3. No caso dos autos, o Tribunal Regional manteve a sentença que concedeu a tutela inibitória para que a reclamada "abstenha-se de prorrogar a jornada normal de trabalho, além do limite legal de 2 (duas) horas diárias, sem qualquer justificativa legal, e que conceda aos seus empregados um período mínimo de 11 (onze) horas consecutivas para descanso entre duas jornadas de trabalho". No entanto, excluiu da condenação o valor correspondente ao pagamento da indenização por dano moral coletivo pelo descumprimento das medidas de segurança, saúde e higiene no ambiente de trabalho, sob o fundamento de que não houve comprovação de efetivo dano à coletividade. Sobre o tema destaca Ana Paula de Barcellos (A Eficácia Jurídica dos Princípios Constitucionais: O princípio da dignidade da pessoa humana, 3ª ed. revista e atualizada. - Rio de Janeiro: Renovar, 2011, p. 251) que: "Como se viu, a dignidade da pessoa humana é hoje considerada, sob vários pontos de vista, o pressuposto filosófico de qualquer regime jurídico civilizado e das sociedades democráticas em geral. Ademais, o constituinte de 1988 fez uma clara opção pela dignidade da pessoa humana como fundamento do Estado brasileiro e de sua atuação, dispondo analiticamente sobre o tema ao longo do texto. Nesse contexto, do ponto de vista da lógica que rege a eficácia jurídica em geral, a modalidade que deve acompanhar os enunciados que cuidam da dignidade humana é a positiva ou simétrica". 4. Constatado que a limitação temporal decorrente da jornada excessiva impede, de forma inequívoca, que os empregados supram suas necessidades vitais básicas e insiram-se no ambiente familiar e social, tem-se a efetiva configuração do ato ilícito, ensejador de reparação, e não somente mera presunção de dano existencial. Acresça-se que a indenização por dano existencial, além de constituir forma de proteção à pessoa, possui caráter inibidor da repetição da conduta danosa. E, no caso, tem-se situação especialmente cara à ordem

jurídica, que exige reprovação do Estado, na medida em que jornadas extenuantes, se, por um lado, comprometem a dignidade do trabalhador, por outro implicam em incremento significativo no número de acidentes de trabalho, repercutindo na segurança de toda a sociedade. Cabe, pois, ao intérprete conferir aos preceitos constitucionais um mínimo de eficácia, visando a concretizar a força normativa neles contida, especialmente quando se trata de direitos fundamentais. Recurso de revista de que se conhece e a que se dá provimento. [...] RRAg - 854-32.2019.5.20.0006; Órgão Judicante: 3ª Turma; Relator: Alberto Bastos Balazeiro; Julgamento: 07/08/2024; Publicação: 16/08/2024

O entendimento prevalecente na SDI-1 do TST, no sentido de o reconhecimento do dano existencial demandar prova, não decorrendo do quadro fático de jornada exaustiva (*in re ipsa*), evidencia a complexidade inerente ao reconhecimento do dano existencial decorrente do excesso de jornada de trabalho.

A exigência de comprovação do efetivo prejuízo pessoal, social ou familiar, embora sustente uma interpretação cautelosa quanto à “banalização” do instituto, também revela desafios na proteção dos direitos fundamentais dos trabalhadores. Por outro lado, posicionamentos divergentes, como o voto vencido do Ministro Mauricio Godinho Delgado e os demais por ele citados, ressaltam a necessidade de um olhar atento às circunstâncias específicas de cada caso, em respeito aos princípios constitucionais que fundamentam o direito fundamental ao trabalho digno.

A corroborar o desafio antes mencionado, pesquisa realizada por Maria Cecília de Almeida Monteiro Lemos, em 2018, envolvendo acórdãos do Tribunal Superior do Trabalho que tratavam do dano existencial, revelou que

a maioria das decisões do Tribunal Superior do Trabalho, 59% dos acórdãos analisados, não reconhece o dano existencial *in re ipsa*, sendo que em 39% dos acórdãos o dano *in re ipsa* foi reconhecido. Nessas hipóteses, a fundamentação dispensou a comprovação da existência e da extensão do dano, considerou o dano existencial presumível em razão do fato danoso em si (*in re ipsa*), detentor de características aptas a causar lesão ao projeto de vida e à vida de relações de qualquer indivíduo – presunção *hominis*⁶⁵.

Defendendo posição contrária à que hoje prevalece na SDI-1 do TST, Maria Cecília de Almeida Monteiro Lemos afirma que a presunção *hominis* é a regra, “nos casos de danos aos direitos morais”, em que “se reconhece a ocorrência do dano existencial em razão do fato danoso em si, ou, no mínimo, a inversão do ônus da prova”, como em casos de discriminação. Justifica com base nas características do dano moral que tornam difícil mensurar lesões causadas à parte, de forma objetiva. E conclui que “a exigência de demonstração de prejuízos

⁶⁵ LEMOS, Maria Cecília de Almeida Monteiro. **O Dano Existencial nas Relações de Trabalho Intermitentes: reflexões na perspectiva do direito fundamental ao trabalho digno.** *Op. Cit.* pp. 220-221.

concretos à vida de relações e ao projeto de vida do trabalhador para condenação em danos existenciais resulta em má aplicação do direito à reparação previsto na Constituição Federal, arts. 5º, V e X”⁶⁶.

Ao valorizar o contexto e a função social do Direito do Trabalho, a tese proposta no voto vencido do Ministro Maurício Godinho Delgado reafirma a necessidade de proteger a subjetividade do trabalhador frente a práticas empresariais que desconsideram os limites da condição humana.

A tutela da pessoa do trabalhador exige a aplicação do direito inspirada na reparação de todo dano sofrido, tanto material quanto moral, com o pagamento das horas extras não adimplidas, bem como a reparação pelo dano existencial, ambos originados do excesso de jornada que, por si só, evidencia a lesão ao direito a um “projeto de vida” e “uma vida de relações”.

6 CONSIDERAÇÕES FINAIS

As discussões desenvolvidas ao longo deste artigo revelam que a jornada excessiva é mais do que um dado estatístico ou contratual: ela representa uma violência estrutural contra o tempo de vida e a dignidade do trabalhador. O reconhecimento jurídico do dano existencial é, nesse sentido, uma resposta necessária às novas formas de sofrimento laboral que emergem no contexto da sociedade do desempenho, sob o prisma do capitalismo neoliberal.

É oportuno ressaltar que tais reflexões não pretendem banalizar o instituto da reparação jurídica em caso de dano, mas adaptá-lo às exigências éticas e constitucionais de um tempo marcado pelo cansaço e pela autofagia.

A análise do dano existencial decorrente da jornada excessiva, na jurisprudência do Tribunal Superior do Trabalho, evidencia os desafios à efetivação do direito fundamental ao trabalho digno e ao reconhecimento da responsabilidade civil dos empregadores pelos danos causados aos trabalhadores.

Compreende-se que a exigência de comprovação do dano existencial sofrido apresenta riscos ao dificultar o reconhecimento do dano em situações de evidente afronta aos direitos fundamentais dos trabalhadores. A exigência de demonstração de prejuízos concretos à vida de relações e ao projeto de vida do trabalhador para condenação em danos existenciais, longe de impedir a banalização do instituto, o esvazia, diante da dificuldade de se provarem concretamente danos de natureza extrapatrimonial.

⁶⁶ *Ibidem.* p. 222.

Sob a perspectiva de Byung-Chul Han, a sociedade do desempenho impõe uma lógica de autocoerção e autoexploração, na qual o excesso de trabalho não decorre de uma escolha espontânea do trabalhador, mas de uma pressão sistêmica que prioriza a produtividade em detrimento do bem-estar.

Esse cenário de “autofagia” evidencia como o modelo neoliberal conduz o indivíduo a devorar seu próprio tempo, comprometendo suas relações sociais, familiares e o desenvolvimento de seu projeto de vida e de uma vida de relações.

Diante desse contexto, torna-se imprescindível que a análise dos casos concretos considere não apenas a existência de jornadas extenuantes, mas também os impactos subjetivos e sociais vivenciados pelos trabalhadores. A interpretação das normas trabalhistas pelo TST deve ser orientada pelos princípios constitucionais da dignidade da pessoa humana e do direito fundamental ao trabalho digno, de forma a garantir a devida proteção ao patrimônio imaterial dos empregados.

Vale destacar que o reconhecimento do dano existencial não implica a criação de uma "fábrica de danos morais". Pelo contrário, trata-se de uma medida de justiça em situações em que o trabalhador tem sua “vida de relações” e seu “projeto de vida” irremediavelmente afetados pela sobrecarga de trabalho. Para tanto, o Poder Judiciário deve atuar com sensibilidade e responsabilidade, promovendo uma tutela efetiva contra as práticas abusivas que violam os direitos fundamentais trabalhistas, em particular o direito fundamental à limitação da jornada de trabalho.

Enfim, o enfrentamento dos desafios relacionados ao dano existencial requer a construção de uma jurisprudência que dialogue com a realidade contemporânea. O TST, ao considerar os efeitos deletérios do excesso de jornada, tem a oportunidade de consolidar um entendimento protetivo e alinhado aos valores constitucionais, reafirmando seu papel como guardião dos direitos fundamentais trabalhistas, em um cenário marcado pela lógica neoliberal e pelo imperativo da alta performance.

REFERÊNCIAS

- ALVARENGA, Rúbia Zanotelli de Alvarenga e BOUCINHAS FILHO, Jorge Cavalcanti. **O Dano Existencial e o Direito do Trabalho**. Rev. TST, Brasília, vol. 79, nº 2, abr/jun 2013. Disponível em: https://gvpesquisa.fgv.br/sites/gvpesquisa.fgv.br/files/arquivos/boucinhas_-_o_dano_existencial_e_o_direito_do.pdf. Acesso em 01/04/2025.
- BEBBER, Júlio César. **Danos Extrapatrimoniais (estético, biológico e existencial) – Breves Considerações**. Revista LTr. 71-01/26. Vol. 73, nº 01, Janeiro de 2009, p. 1. Disponível em: https://juslaboris.tst.jus.br/bitstream/handle/20.500.12178/169556/2009_bebber_julio_danos_extrapatrimoniais.pdf?sequence=1&isAllowed=n.
- DELGADO, Mauricio Godinho. **Direito do Trabalho no Brasil: formação e desenvolvimento – Colônia, Império e República**. 2ª ed., rev., atual. e ampl. São Paulo: Juspodivm, 2024.
- DELGADO, Mauricio Godinho; DELGADO, Gabriela Neves. **Constituição da República e Direitos Fundamentais: dignidade da pessoa humana, justiça social e direito do trabalho**. São Paulo: LTr, 2012.
- DELGADO, Mauricio Godinho; DELGADO, Gabriela Neves. **O Estado Democrático de Direito e a Centralidade e Dignidade da Pessoa Humana: reflexões a partir da multidimensionalidade do Direito Fundamental ao Trabalho Digno**. In: DELGADO, Gabriela Neves (coord.). **Direito fundamental ao trabalho digno no Século XXI: desafios e ressignificações para as relações de trabalho da era digital**. Vol. 1. São Paulo: LTr, 2020.
- DELGADO, Mauricio Godinho; DELGADO, Gabriela Neves. A matriz da Constituição de 1988 como parâmetro para a análise da reforma trabalhista. In: **Revista do Tribunal Superior do Trabalho**, São Paulo, v. 83, n. 3, p. 193-211, jul./set. 2017. Disponível em: https://juslaboris.tst.jus.br/bitstream/handle/20.500.12178/115870/2017_delgado_mauricio_matriz_constituicao.pdf?sequence=1&isAllowed=y. Acesso em 26/03/2025.
- DELGADO, Mauricio Godinho. **Curso de Direito do Trabalho**. 13.ed. São Paulo: LTr, 2018.
- DELGADO, Mauricio Godinho. **Constituição da República, Estado Democrático de Direito e Direito do Trabalho**. In: DELGADO, Mauricio Godinho; DELGADO, Gabriela Neves. **Constituição da República e Direitos Fundamentais – dignidade da pessoa humana, justiça social e Direito do Trabalho**. 4. ed. São Paulo: LTr, 2017.
- DELGADO, Gabriela Neves. **O trabalho digno enquanto suporte de valor**. 2007. Disponível em: <https://ambitojuridico.com.br/o-trabalho-digno-enquanto-suporte-de-valor/>. Acesso em 26/03/2025.
- DELGADO, Gabriela Neves. **Direito Fundamental ao Trabalho Digno**. 2. ed. São Paulo: LTr, 2015.
- DELGADO, Gabriela Neves; LEMOS, Maria Cecília A. Monteiro. **Parecer Temático - A Justiça do Trabalho e a Litigiosidade Trabalhista: organograma institucional e efetividade**. Abril de 2024. Disponível em: https://www.anamatra.org.br/images/DOCUMENTOS/2024/Parecer_Anamatra_Litigiosidade_Trabalhista.pdf. Acesso em 09/03/2025.

HAN, Byung-Chul. **Psicopolítica - O neoliberalismo e as novas técnicas de poder**. Trad. Maurício Liesen. Belo Horizonte: Âyiné, 2023.

HAN, Byung-Chul. **Sociedade do cansaço**; tradução de Enio Paulo Giachini; tradução dos trechos em inglês por Letícia Meirelles. Petrópolis, RJ: Vozes, 2024.

LEMOS, Maria Cecília de Almeida Monteiro. **O Dano Existencial nas Relações de Trabalho Intermitentes**: reflexões na perspectiva do direito fundamental ao trabalho digno. Disponível em:
[https://repositorio.unb.br/bitstream/10482/34531/1/2018_MariaCec%
c3%adliadeAlmeidaMonteiroLemos.pdf](https://repositorio.unb.br/bitstream/10482/34531/1/2018_MariaCec%c3%adliadeAlmeidaMonteiroLemos.pdf). Acesso em 23/3/2025.

MACHADO, Lucas Nascimento. **A Filosofia de Byung-Chul Han**. Casa do Saber, 2024. Disponível em: <https://ondemand.casadosaber.com.br/curso/259/a-filosofia-de-byung-chul-han>. Acesso em 10/01/2025.

PEDROSO, Fernando Carmona; BELTRAMELLI NETO, Sílvio. *Tempus Atque Dignitas: Jornada Laboral no Século XXI sob os Paradigmas Teóricos do Trabalho Digno e Cooperativo Internacional do Trabalho Decente*. In: DELGADO, Gabriela Neves (coord.). **Direito fundamental ao trabalho digno no Século XXI**: desafios e ressignificações para as relações de trabalho da era digital. São Paulo: LTr, 2020.

SOARES, Flaviana Rampazzo. **Responsabilidade civil por dano existencial**. Porto Alegre: Livraria do Advogado, 2009.

Emb-E-RR-10336-49.2021.5.15.0078, Subseção I Especializada em Dissídios Individuais, Relator Ministro Hugo Carlos Scheuermann, DEJT 14/02/2025

RR - 727-76.2011.5.24.0002, Relator Ministro: Hugo Carlos Scheuermann, Data de Julgamento: 19/06/2013, 1ª Turma, Data de Publicação: DEJT 28/06/2013

E-RR-402-61.2014.5.15.0030, Subseção I Especializada em Dissídios Individuais, Relator Ministro Luiz Philippe Vieira de Mello Filho, DEJT 27/11/2020.

ARR - 183- 86.2016.5.09.0663; Órgão Judicante: 7ª Turma; Relator: Renato de Lacerda Paiva; Julgamento: 23/03/2022; Publicação: 01/04/2022.

<https://oglobo.globo.com/cultura/artes-visuais/as-marcas-do-tempo-nas-pinturas-de-delson-uchoa-22799064>

<https://artebrasileiros.com.br/page/147/?q=propaganda-gratis-tuum.com.br&n=6809&p=Revista>.