



Descrição: Foto de um relógio analógico marcando minutos e segundos. [Fim da descrição]

JORNADA EXAUSTIVA E DANO MORAL IN RE IPSA: UMA ANÁLISE CRÍTICA DA JURISPRUDÊNCIA DO TRT DA 10ª REGIÃO

André Rezende Soares Lino¹

Vitor Pimenta Velloso Botelho²

RESUMO

A dignidade da pessoa humana constitui o fundamento central da proteção trabalhista no ordenamento jurídico brasileiro, impondo aos empregadores e ao Estado o dever de assegurar condições laborais compatíveis com um ideal de vida digna e trabalho decente. A jornada exaustiva, reconhecida como condição análoga à de escravo, compromete gravemente a saúde, a autonomia e o projeto de vida dos trabalhadores, configurando violação a direitos fundamentais. Neste contexto, o reconhecimento do dano moral *in re ipsa* emerge como instrumento essencial de efetivação desses direitos. O presente artigo analisa a jurisprudência do Tribunal Regional do Trabalho da 10ª Região acerca do reconhecimento do dano moral decorrente da jornada exaustiva, buscando identificar padrões decisórios, divergências e suas implicações para a tutela da dignidade do trabalhador. Utiliza-se metodologia qualitativa, com análise de decisões selecionadas por amostragem, privilegiando casos de jornadas manifestamente abusivas. Os resultados apontam para a necessidade de consolidação do entendimento favorável ao dano *in re ipsa* em tais contextos, reforçando a função

1 Mestre e Doutorando em Direito pela UFMG. Especialista em Direito Constitucional e em Direitos Humanos. Pesquisador na Escola Superior do Ministério Público da União. Advogado na Clínica de Trabalho Escravo e Tráfico de Pessoas da Faculdade de Direito da UFMG. Email: andrelinoacademico@gmail.com

2 Graduando em Direito pela UFMG. Estagiário na Clínica de Trabalho Escravo e Tráfico de Pessoas da UFMG. Email: vitorpimentav@icloud.com.

protetiva da Justiça do Trabalho.

Palavras-chave: Dignidade humana; jornada exaustiva; Dano *in re ipsa*; Justiça do Trabalho.

Introdução

A dignidade da pessoa humana constitui o fundamento central da ordem constitucional brasileira, funcionando como vetor axiológico e hermenêutico que informa a interpretação e a aplicação dos direitos fundamentais. Essa eficácia irradiante alcança tanto as relações verticais, entre o indivíduo e o Estado, quanto as relações horizontais estabelecidas entre particulares, como é o caso das relações de trabalho. Nesse contexto, a proteção à saúde, à segurança e à dignidade do trabalhador emerge não apenas como dever estatal, mas como responsabilidade coletiva, impondo aos empregadores a obrigação de respeitar e promover condições laborais condizentes, dando concretude ao ideal de vida digna e trabalho decente, nos termos preconizados pela Constituição da República e pela Organização Internacional do Trabalho.

Dentre as múltiplas formas de violação desses direitos, a jornada exaustiva se destaca pela sua capacidade de comprometer gravemente a integridade física, psíquica e social dos trabalhadores. Configurada como hipótese típica do crime de redução à condição análoga à de escravo (artigo 149 do Código Penal), a imposição de jornadas abusivas, sejam elas extensas ou intensas, impacta diretamente o projeto de vida e a autonomia dos indivíduos, especialmente em contextos de vulnerabilidade econômica e social. Nesse cenário, a caracterização do dano moral ou existencial *in re ipsa*, isto é, aquele que se presume pela mera comprovação da jornada exaustiva, apresenta-se como uma resposta necessária para a efetiva tutela dos direitos fundamentais no âmbito trabalhista.

A Justiça do Trabalho tem desempenhado papel central na definição dos parâmetros para o reconhecimento do dano decorrente da jornada exaustiva. Contudo, a análise da jurisprudência revela uma ausência de uniformidade na aplicação desses critérios, especialmente no que se refere à presunção do dano. Em razão da diversidade de entendimentos torna-se imprescindível uma reflexão crítica sobre os fundamentos jurídicos utilizados e seus efeitos sobre a concretização dos direitos trabalhistas. Este artigo, a partir de uma abordagem jurídico-dogmática e constitucional, propõe-se a examinar a atuação do Tribunal Regional do Trabalho da 10ª Região (TRT10) no enfrentamento dessa temática.

A metodologia adotada consiste em uma análise qualitativa de decisões das três Turmas do TRT10, selecionadas por amostragem com recorte temporal recente, isto é, de 2023 em diante, priorizando julgados que envolvam jornadas manifestamente excessivas ou associadas a outras formas de precarização laboral. Pretende-se, ao final, identificar os principais fundamentos invocados, mapear eventuais divergências interpretativas e discutir as consequências dessa (in) coerência para a efetividade dos direitos fundamentais dos trabalhadores, reafirmando a necessidade do reconhecimento do dano moral *in re ipsa* nesses contextos e o papel da Justiça do Trabalho como instrumento de promoção da dignidade humana.

JORNADA EXAUSTIVA: CONCEITO E IMPACTOS

A Constituição Federal de 1988, representou um marco para o avanço quanto às garantias de promoção do trabalho decente, ao delinear, em seu artigo 1º, a dignidade da pessoa humana como valor basilar do ordenamento brasileiro. As disposições relativas ao trabalho na Carta Magna ensejaram a construção de um espectro protetivo ao trabalhador que visa a concretização da dignidade material, de maneira a salvaguardar sua integridade física, econômica e psicológica, como através do seguro-desemprego, salário-mínimo, licenças, verbas rescisórias, períodos de descanso e a limitação da jornada de trabalho convencional diária a 8 horas diárias e a semanal a 44 horas (Brasil, 1988).

Nesse sentido, a alteração da redação do artigo 149 do Código Penal através da lei 10.803/2003, introduziu uma definição mais moderna e vanguardista de trabalho escravo contemporâneo à luz da dignidade humana. A partir de tal dispositivo, a redução de alguém à condição análoga à de escravo passou a ser enquadrada a partir de ocorrência isolada ou cumulada de qualquer uma de suas hipóteses: trabalho forçado, condições degradantes, servidão por dívida ou jornada exaustiva (Brasil, 2003).

Apesar do vanguardismo da referida norma, as hipóteses de tipificação do crime de escravidão contemporânea não foram devidamente conceituadas e delimitadas, o que favoreceu interpretações distintas quanto à configuração da jornada exaustiva na Justiça do Trabalho. Desse modo, o dissenso interpretativo quanto a tal tema é um fator ocasionador de “impunidade e esvaziamento da eficácia da lei” (Lino, 2024, p. 21), se fazendo necessária a devida conceituação e delimitação de tal elemento típico.

No que se refere ao significado da jornada exaustiva, o entendimento de Figueira, Prado e Galvão (2013, p. 36) quanto à temática revela que tal é aquela:

Imposta a alguém por outrem em relação de trabalho, além dos limites legais extraordinários estabelecidos na legislação de regência, e/ou capaz de causar prejuízos à saúde física e mental, e decorrente de uma situação de sujeição que se estabelece entre ambos, de maneira forçada ou por circunstâncias que anulem a vontade do primeiro.

Desse modo, depreende-se que, seguindo tal visão doutrinária, a extensão da jornada de trabalho a patamares superiores àqueles previstos na Constituição Federal e na Consolidação das Leis do Trabalho, somada à intensidade do labor, podem configurar jornada exaustiva. Nesse viés, ao submeter o trabalhador a uma jornada laboral que excede as 8 horas de trabalho habituais e as 2 horas extras diárias, conforme disciplinado nos dispositivos citados anteriormente, se interfere no bem-estar do indivíduo, que passa a entrar em um estado de exaustão que ultrapassa as suas capacidades biopsicossociais. Sob essa perspectiva, André Lino (2024, p. 28) aponta que:

A jornada exaustiva reduz o trabalhador a mero objeto de prestação de trabalho, de natureza física ou intelectual, forçando-lhe, quer seja pela coação física, quer seja pela exploração da sua condição de vulnerabilidade, a entregar sua mão de obra, em medida que extrapola aquela que razoavelmente lhe é exigível.

A submissão do trabalhador a jornadas exaustivas, portanto, além de configurar uma forma de trabalho análogo ao de escravo, gera impactos negativos evidentes sobre sua saúde e bem-estar. Entre as consequências mais comuns, destacam-se o desenvolvimento de doenças psicológicas, como estresse e ansiedade, distúrbios do sono e da alimentação, prejuízos ao convívio social e familiar, especialmente nas relações amorosas e parentais, devido à constante ausência, além do impedimento do desenvolvimento de um projeto de vida. Dessa forma, além da multiplicidade de entendimentos em relação à caracterização da jornada exaustiva, a multiplicidade de direitos violados pelas extensas e intensas jornadas gera também a dificuldade em mensurar a extensão e a modalidade do dano ocasionado.

DANO MORAL E PRESUNÇÃO: A CONSTRUÇÃO DO DANO *IN RE IPSA*

O dano, na esfera jurídica, é a repercussão da violação a um interesse juridicamente protegido (Molina, 2015), podendo a vítima ter seus interesses patrimoniais ou extrapatrimoniais atingidos pela situação causadora do prejuízo. Sob essa perspectiva, a caracterização de um dano causado a um empregado na esfera trabalhista atual ainda encontra-se relacionada a critérios não pacificados na doutrina e jurisprudência, principalmente no que se refere ao dano existencial, que advém de violações aos direitos da personalidade do indivíduo.

No que tange ao dano existencial, cabe ressaltar a perspectiva doutrinária quanto à sua definição. Nesse sentido, como pontua Darcanchy (2013, p. 151):

O dano existencial, também chamado de dano ao projeto de vida, é uma espécie de dano imaterial, que de modo parcial ou total atinge a vítima em seu projeto de vida familiar por razões profissionais, ou seja, em razão de uma dedicação excessiva à empresa, o colaborador perde parte de sua vida, de seus contatos sociais, familiares, educacionais e afetivos, no meio ambiente de trabalho.

Desse modo, o dano existencial configura-se como uma modalidade de dano extrapatrimonial que se manifesta quando há violação ao projeto de vida do trabalhador, comprometendo, consequentemente, sua convivência familiar e social, bem como gerando prejuízos em âmbito pessoal ou em seu desenvolvimento profissional. Nessa perspectiva, tal dano pode ser compreendido como uma lesão objetiva aos direitos da personalidade, uma vez que representa, de forma inequívoca, uma afronta a direitos fundamentais, especialmente no que se refere à construção de uma vida digna, que compreenda momentos de lazer, convivência com familiares e o pleno exercício de sua autonomia existencial.

“Desse modo, o dano existencial configura-se como uma modalidade de dano extrapatrimonial que se manifesta quando há violação ao projeto de vida do trabalhador, comprometendo, consequentemente, sua convivência familiar e social, bem como gerando prejuízos em âmbito pessoal ou em seu desenvolvimento profissional.”

O dano existencial passou ser reconhecido jurisprudencialmente pelos tribunais do trabalho ao analisarem casos relativos à jornada exaustiva, que se relaciona, dentre outras variáveis, com a não concessão de férias por um longo período ou com a sobrecarga de horas extras além do limite legal de forma habitual (Nascimento, 2014, p. 1). A partir desses casos, se verificava a supressão objetiva de projetos de vida voltados à qualificação e ao desenvolvimento pessoal no terreno profissional, social e cultural do trabalhador em decorrência da jornada excessiva por eles exercida (Ledur, 2022, p. 315).

A concepção inicial atribuída à configuração do dano existencial dos julgados relacionados à jornada exaustiva foi amparada pelo entendimento doutrinário quanto ao tema. Sônia Mascaro Nascimento (2014) defende que tal ofensa é de caráter objetivo e se configuraria apenas pela realização do ato em si, ou seja, o pressuposto para a caracterização do dano existencial seria a realização habitual de horas extras excedentes ao limite fixado no caput do art. 59 da CLT (Brasil, 1943) e que importava a existência de dano *in re ipsa* (Ledur, 2022, p. 321). Dessa forma, a configuração dessa modalidade de dano extrapatrimonial, prescinde de qualquer comprovação do dano em si, sendo o prejuízo pessoal, familiar ou social específico apenas um agravante da indenização, mas não um requisito para a sua configuração, já que os agravos são presumíveis em decorrência da própria jornada exaustiva..

Entretanto, constata-se dissenso quanto à configuração do dano no Judiciário Trabalhista. Sob essa ótica, apesar de decisões inicialmente reconhecerem o caráter *in re ipsa* do dano existencial, outras, por outro lado, não reconheceram o dano à existência sob o argumento de que a questão em disputa se limite ao plano patrimonial, de maneira que as horas extras pagas seriam suficientes para

satisfazer o direito do empregado ou de que a mera existência de jornadas excessivas não assegura o caráter objetivo da ofensa (Ledur, 2022, p. 231).

Tal controvérsia encontra-se presente nos julgados do TRT da 10ª Região analisados em pesquisa empírica, que serão apresentados na sequência.

ANÁLISE DA JURISPRUDÊNCIA DO TRT DA 10ª REGIÃO

Para análise do entendimento das Turmas do TRT10, foram selecionados por amostragem 3 acórdãos de cada turma, de diferentes relatores, com recorte temporal a partir do ano de 2023, e que envolvam jornadas manifestamente excessivas ou associadas a outras formas de precarização laboral. As palavras-chave utilizadas foram: “jornada exaustiva” e “dano existencial”. Do estudo da jurisprudência do Regional, foi possível constatar a existência de uma tendência majoritária em sentido restritivo, que implica o não reconhecimento do dano moral ou existencial em decorrência da jornada exaustiva, exigindo, na maior parte das vezes, que fosse realizada a comprovação do prejuízo sofrido pelo trabalhador. A análise dos julgados recentes das três Turmas que compõem o Tribunal evidencia um padrão argumentativo centrado na exigência de prova concreta de abalo aos direitos da personalidade, mesmo quando demonstradas jornadas reiteradas e intensas.

Entretanto, verificam-se algumas argumentações relevantes que, embora esparsas, em razão do reconhecimento da gravidade das jornadas impostas, admitem a caracterização do dano moral *in re ipsa*, pois consideram que é evidente a supressão sistemática de direitos do trabalhador, como ao descanso e à vida privada.

Na 1ª Turma, observa-se a predominância de decisões que negam a reparação moral com fundamento na ausência de comprovação empírica de prejuízos subjetivos sofridos. O acórdão proferido no processo ROT 0000131-56.2024.5.10.0801, de relatoria do Desembargador Dorival Borges (Brasil, 2025a), reflete essa lógica ao afirmar que o labor extraordinário excessivo e reiterado, por si só, não é apto a configurar dano extrapatrimonial, sendo indispensável a demonstração de abalo psíquico, exclusão social ou outros prejuízos concretos. Esse posicionamento segue uma perspectiva formalista, que dissocia o excesso de jornada de seus impactos objetivos sobre a saúde e a dignidade do trabalhador, ignorando a função protetiva que fundamenta, organiza e justifica a existência do direito do trabalho.

No entanto, pontua-se a existência de posicionamento dissidente no âmbito desta Turma, representada pelos votos do Desembargador Grijalbo Fernandes Coutinho. Em dois julgados (ROT 0000840-19.2022.5.10.0007 (Brasil, 2024a) e ROT 0000592-87.2021.5.10.0007 (Brasil, 2024b)), o magistrado sustenta, ainda que vencido, o entendimento de que a jornada exaustiva viola objetivamente a dignidade da pessoa humana, e que por isso é suficiente para caracterizar o dano moral, prescindindo de prova concreta de sofrimento subjetivo. Seus votos apresentam sólida fundamentação na doutrina do trabalho digno e na centralidade dos direitos fundamentais, indicando uma leitura garantista e o reconhecimento do caráter estrutural da violação sistemática da jornada de trabalho.

A 2ª Turma reitera o padrão restritivo identificado. Nos acórdãos analisados (a exemplo do ROT 0000408-23.2023.5.10.0861 (Brasil, 2025b), relatado pelo Desembargador Alexandre Nery de Oliveira, e do ROT 0000131-44.2023.5.10.0105 (Brasil, 2025c), relatado pelo Desembargador João Luís Rocha Sampaio), o entendimento da Turma reafirma que a caracterização do dano moral exige demonstração específica dos efeitos negativos que a jornada exaustiva de trabalho causou sobre a esfera de vida pessoal e social da pessoa do trabalhador. Mesmo na hipótese de reconhecimento e comprovação da prestação excessiva de horas extras, as decisões afastam a reparação extrapatrimonial sob o argumento de ausência de prova de abalo existencial ou ainda, de que a matéria é especificamente patrimonial, sanada pelo pagamento das horas extras. A exigência de comprovação empírica de sofrimento subjetivo ignora a possibilidade jurídica do dano presumido

e perpetua uma lógica de responsabilização individualizante, que desconsidera o caráter estrutural das violações sofridas pelo trabalhador.

A 3ª Turma do TRT10, reafirma em diversos julgados (a exemplo dos processos ROT 0000889-41.2023.5.10.0002 (Brasil, 2025d), ROT 0000025-11.2024.5.10.0086 (Brasil, 2024c) e ROT 0000612-51.2021.5.10.0016 (Brasil, 2024d)). que o excesso de jornada não autoriza, por si só, o reconhecimento do dano moral. Nesse aspecto, o entendimento da Turma é de que apenas situações de exaustão excepcionalmente degradantes, aliadas à prova cabal de prejuízos causados pelo excesso de jornada, poderiam caracterizar dano moral e ensejar indenização em caráter extrapatrimonial. Entretanto, o condicionamento da reparação moral a um grau elevado de degradação e a requisitos probatórios difíceis de suprir, banaliza práticas sistemáticas de precarização e negligencia os efeitos cumulativos do excesso de trabalho sobre o corpo, o tempo, a saúde e o bem-estar do trabalhador.

Em suma, a análise da jurisprudência do Tribunal Regional do Trabalho da 10ª Região indica uma resistência à adoção da tese do dano moral ou existencial presumido nos casos de submissão à jornada exaustiva. Essa resistência não apenas desconsidera a gravidade objetiva da violação imposta por jornadas excessivas e prolongadas, mas também esvazia o conteúdo normativo do princípio da dignidade da pessoa humana e seus derivados, como o trabalho digno, revelando verdadeiro retrocesso social. Nessa perspectiva, a exigência sistemática de prova concreta de prejuízo subjetivo impõe ao sujeito trabalhador um ônus quase intransponível, tornando ilusória a reparação por danos que, embora reais e profundos, nem sempre deixam marcas visíveis ou documentalmente comprováveis.

Essa exigência de provas concretas dos prejuízos causados pela jornada exaustiva impõe ônus excessivo e desproporcional ao trabalhador reclamante que pode ser caracterizado como prova diabólica, pois, nas palavras de Lino, Quintão e Botelho (2024, p. 5):

a necessidade de prova de efetivo prejuízo causa um ônus extremado e desarrazoado ao autor. Como comprovar que as relações pessoais foram estremecidas? Qual o meio de provar que o trabalho privou o reclamante do contato com os filhos? Existe prova apta a demonstrar o prejuízo emocional e a subjetividade causado (sic) pelo desgaste da jornada exaustiva? Há algum modo de mostrar que o trabalhador teve minado seus momentos de escape do peso das responsabilidades do trabalho? E mais, existe dinheiro ou indenização capaz de devolver o tempo tomado pelo trabalho exaustivo?

E prosseguem:

A exigência de provas desses prejuízos parece-nos descabida e verdadeiro entrave à reparação dos nítidos prejuízos vivenciados pelos trabalhadores em decorrência da jornada a que eram submetidos. Na verdade, o que se está a exigir é que esses trabalhadores, ou melhor, essas pessoas apresentem provas concretas de sua humanidade, de sua dignidade, do direito que possuem ao exercício da cidadania, de associação, de convívio familiar, de acesso à educação, cultura e lazer e que lhes foi retirado de maneira abusiva pela exploração desenfreada de sua mão de obra [...]. (Lino, Quintão e Botelho, p. 5).

É preciso reconhecer o caráter presumido e evidente do dano causado pela submissão à jornada exaustiva, pois não parece razoável exigir que um trabalhador explorado pelo trabalho excessivo, com jornadas diárias que extrapolam a diretiva constitucional (a qual já autoriza 10 horas diárias de labor, contabilizadas as horas extras) comprove ter sofrido algum prejuízo. Se o trabalho tem o condão de dignificar e integrar socialmente, é intuitivo que seu excesso atua em sentido contrário, pois viola direitos, priva de oportunidades e impede o regular convívio social. A partir dessa concepção, analisa-se que a sobrecarga de trabalho acarreta estragos que podem ser facilmente reconhecidos pelo homem médio, pelo que invoca-se a máxima da presunção *hominis*, segundo a qual o extraordinário se prova, já o ordinário se presume.

A exigência de comprovação de danos causados pela jornada exaustiva parece ignorar a ocorrência da própria jornada exaustiva e descuidar dos seus impactos efetivos sobre o trabalhador. Sob essa perspectiva, vê-se que o trabalho em todos os seus aspectos, sua jornada, suas pausas, seus ritmos, seus tempos, impacta de maneira direta o corpo, o tempo e a vida do trabalhador, limitando o seu espaço de autodeterminação e impingindo afastamento do convívio social e familiar regular. Desse modo, não há como estar com os pais ou filhos durante a jornada de trabalho. Também não é possível estudar ou praticar atividade física. Assim, nota-se que quando o trabalho se estende, a vida recua, pois a vida ordinária ocorre nos momentos que ocorre a evasão das atividades obrigatórias do trabalho (Manãs, 2005, p. 113).

A partir do exposto, percebe-se que o excesso de trabalho, além de infringir a jornada regular de labor elevada ao status de norma constitucional, é também questão relevante e com amplo impacto social, capaz de potencializar vulnerabilidades e impedir o desenvolvimento individual e coletivo. Tal jornada excessiva não se trata, dessa forma, de questão unicamente de ordem patrimonial, já que a mera contraprestação pecuniária pelo trabalho extraordinário prestado não é capaz de reparar o desgaste causado, os impedimentos experimentados, os sonhos não vividos, os convívios rompidos e o descanso perdido.



Descrição: Foto de um homem vestindo um macacão com a mão sob o rosto demonstrando cansaço [Fim da descrição]

Não se pretende abolir, portanto, a divergência jurisprudencial, nem mesmo impedir a análise acurada e aprofundada de cada caso concreto levado a julgamento. O que se busca é a reflexão crítica, fundamentada no padrão constitucional que propala a dignidade humana como vetor axiológico e interpretativo, a fim de identificar o descompasso entre a jurisprudência firmada e a promoção dos ideais constitucionais de vida e trabalho dignos. Apesar de soar óbvio, é preciso afirmar que não há dignidade no trabalho em excesso. Também não há dignidade na jornada exaustiva. E a jornada exaustiva é uma modalidade típica do artigo 149 do Código Penal, pelo que é preciso dizer que não há dignidade alguma em ser submetido ao trabalho análogo ao de escravo. Na verdade, o trabalho escravo contemporâneo pode ser compreendido como antítese radical da dignidade humana, por aviltar direitos humanos, garantias fundamentais e previsões constitucionais, o que o núcleo protetivo do ordenamento jurídico e atinge o sujeito trabalhador de maneira prejudicial.

Antes de trabalhador, todo sujeito é humano. Diz o artigo 5º da Carta da República que todos são iguais, homens e mulheres, dignos, sem distinção de qualquer natureza, livres, tendo assegurada a inviolabilidade de sua vida privada e sendo defeso a submissão a tratamento

desumano ou degradante. Em razão disso, os trabalhadores têm direitos que visam a melhoria de sua condição social e o gozo de outros direitos sociais: educação, saúde, alimentação, trabalho, moradia, transporte, lazer e segurança, de maneira que a jornada exaustiva, enquanto óbice a essa realidade deve ser rechaçada pois caracteriza violação ao sistema de direitos constitucionais, bem como aos direitos fundamentais do humano trabalhador.

Por fim, frisa-se que nem mesmo o Tribunal Superior do Trabalho, que se autodenomina “Tribunal da Justiça Social”, consolidou entendimento quanto à caracterização (ou não) do dano extrapatrimonial presumido na hipótese de reconhecimento da jornada exaustiva. Há Turmas com entendimento vanguardista e que se reputa constitucionalmente alinhado, como a Terceira Turma, que vêm decidindo no sentido de configurar o dano existencial em razão da jornada exaustiva por “por configurar manifesto comprometimento do tempo útil de disponibilidade que todo indivíduo livre, inclusive o empregado, ostenta para usufruir de suas atividades pessoais, familiares e sociais” (Brasil, 2022). Lado outro, a Segunda Turma, possui entendimento de que é necessária a prova efetiva do dano sofrido, como no ROT 0000408-23.2023.5.10.0861 (Brasil, 2025b).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A análise realizada ao longo deste artigo evidencia a hesitação do TRT da 10ª Região em reconhecer o dano moral *in re ipsa* nos casos de jornada exaustiva. Não obstante a existência de entendimentos favoráveis, a tônica que predomina exige do trabalhador a comprovação de um sofrimento concreto e de danos que ultrapassem o próprio excesso de labor, o que revela um obstáculo injustificável ao pleno reconhecimento da lesão extrapatrimonial e a necessária reparação pelos danos presumíveis causados pela jornada exaustiva.

Essa postura restritiva ignora o conteúdo protetivo do ordenamento jurídico trabalhista e desconsidera o nexo lógico e objetivo entre jornadas exaustivas - modalidade do crime previsto no artigo 149 do Código Penal - e os prejuízos à saúde física, mental e à dignidade da pessoa humana. Exigir prova de um sofrimento adicional ao próprio excesso de jornada desvirtua o papel da responsabilidade civil no campo laboral e enfraquece o caráter dissuasório da indenização, caracterizando um ônus excessivo, que pode ser interpretado como a exigência de prova diabólica.

Portanto, é preciso um esforço de reinterpretação dos institutos à luz dos princípios constitucionais do trabalho e da dignidade da pessoa humana, sob pena de desproteção e enfraquecimento das medidas de enfrentamento a tais violações. A jornada exaustiva, por si só, já encerra uma forma de violação grave a direitos humanos e de personalidade, e o seu reconhecimento como causa de dano moral *in re ipsa* é um passo fundamental para a efetivação dos direitos fundamentais no mundo do trabalho.

REFERÊNCIAS

BRASIL. Constituição (1988). **Constituição da República Federativa do Brasil**. Brasília: Senado Federal, Centro Gráfico, 1988

BRASIL. Decreto-lei nº 5.452, de 1 de maio de 1943. Aprova a Consolidação das Leis do Trabalho. **Diário Oficial da União**: Rio de Janeiro, [1943]. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/decreto-lei/del5452.htm. Acesso em: 24 jun. 2025.

BRASIL. Lei n.º 10.803, de 11 de dezembro de 2004. Altera o art. 149 do Decreto-lei n.º 2.848, de 7 de dezembro de 1940. **Diário Oficial da União**, Brasília, 11 dez. 2003. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/2003/l10.803.htm#:~:text=L10803&text=LEI%20No%2010.803%2C%20DE,condi%C3%A7%C3%A3o%20an%C3%A1loga%20%C3%A0%20de%20escravo. Acesso em: 01 maio. 2025.

BRASIL. Tribunal Regional do Trabalho da 10ª Região. ROT 0000840-19.2022.5.10.0007.

Primeira Turma, Relator: Desembargador Grijalbo Fernandes Coutinho. **Pje**. Data de julgamento: 31 jul. 2024a. Disponível em: <https://pje.trt10.jus.br/jurisprudencia/99197de3fe1fa405ecf438f428c5a656>. Acesso em: 15 de abril de 2025.

BRASIL. Tribunal Regional do Trabalho da 10ª Região. ROT 0000025-11.2024.5.10.0086. Terceira Turma, Relator: Desembargador Augusto Cesar Alves De Souza Barreto. **Pje**. Data de julgamento: 28 ago. 2024c. Disponível em: <https://pje.trt10.jus.br/consultaprocessual/detalhe-processo/0000025-11.2024.5.10.0861/2#7a1327e>. Acesso em: 10 de abril de 2025.

BRASIL. Tribunal Regional do Trabalho da 10ª Região. ROT 0000131-56.2024.5.10.0801. Primeira Turma, Relator: Desembargador Dorival Borges. **Pje**. Data de julgamento: 12 fev. 2025a. Disponível em: <https://pje.trt10.jus.br/jurisprudencia/5e3cf946005d9fda5f27e9de5b687a81>. Acesso em: 18 de abril de 2025.

BRASIL. Tribunal Regional do Trabalho da 10ª Região. ROT 0000592-87.2021.5.10.0007. Primeira Turma, Relator: Desembargador Grijalbo Fernandes Coutinho. **Pje**. Data de julgamento: 31 jun. 2024b. Disponível em: <https://pje.trt10.jus.br/jurisprudencia/dd18de3524434955a609bf320d0003a8>. Acesso em: 15 de abril de 2025.

BRASIL. Tribunal Regional do Trabalho da 10ª Região. ROT 0000612-51.2021.5.10.0016. Terceira Turma, Relator: Desembargador Pedro Luís Vicentin Foltran. **Pje**. Data de julgamento: 23 out. 2024d. Disponível em: <https://pje.trt10.jus.br/consultaprocessual/detalhe-processo/0000612-51.2021.5.10.0016/2#46726e8>. Acesso em: 10 de abril de 2025.

BRASIL. Tribunal Regional do Trabalho da 10ª Região. ROT 0000408-23.2023.5.10.0861. Segunda Turma, Relator: Desembargador Alexandre Nery de Oliveira. **Pje**. Data de julgamento: 29 jan. 2025b. Disponível em: <https://pje.trt10.jus.br/jurisprudencia/85c421d3746c69af95ecf95178590840>. Acesso em: 15 de abril de 2025.

BRASIL. Tribunal Regional do Trabalho da 10ª Região. ROT 0000131-44.2023.5.10.0105. Segunda Turma, Relator: Desembargador João Luis Rocha Sampaio. **Pje**. Data de julgamento: 29 jan. 2025c. Disponível em: <https://pje.trt10.jus.br/jurisprudencia/fe4800137556bc26b18f673865de907e>. Acesso em: 15 de abril de 2025.

BRASIL. Tribunal Regional do Trabalho da 10ª Região. ROT 0000889-41.2023.5.10.0002. Terceira Turma, Relatora: Desembargadora Maria Regina Machado Guimarães. **Pje**. Data de julgamento: 12 mar. 2025d. Disponível em: <https://pje.trt10.jus.br/consultaprocessual/detalhe-processo/0000889-41.2023.5.10.0002/2#63e34b9>. Acesso em: 10 de abril de 2025.

Foto de capa: Agê Barros no [Unsplash](#)

Foto 1 artigo: [Freepick](#)