



LIVRES DE SI: A GESTÃO NEOLIBERAL DOS TEMPOS DE TRABALHO E O ADOECIMENTO MENTAL DA CLASSE TRABALHADORA

Bruna Salles Carneiro¹

RESUMO: Este artigo tem como objeto discutir a realidade dos tempos de trabalho no Brasil e sua relação com o adoecimento mental da classe trabalhadora, levando em consideração o ideário neoliberal, que dita a racionalidade das alterações sobre a jornada de trabalho, trazidas pela Lei nº 13.467/2017. Por intermédio da revisão bibliográfica, partimos da discussão teórica em torno do neoliberalismo para compreender a desconfiguração da jornada de trabalho, por meio da ampliação e flexibilização da jornada, e os seus impactos na saúde dos trabalhadores e trabalhadoras. Os estudos sobre trabalho e tempo denunciam que o adoecimento mental também é um produto da sobrecarga de trabalho, da falta de tempo para lazer e descanso e da pobreza de tempo para viver. O artigo se divide em três principais partes, em que, após a introdução, a primeira discute como o neoliberalismo reconfigura as relações sociais, a saúde e os modos de organização do trabalho. A segunda apresenta o cenário de (des)regulamentação das jornadas de trabalho no Brasil. Em seguida, problematiza os impactos na saúde mental dos

¹ Doutoranda e Mestra (2022) em Direito pela Universidade Federal de Minas Gerais. Pesquisadora do Diverso UFMG – Núcleo Jurídico de Diversidade Sexual e de Gênero, e do Grupo Trabalho e Resistências da UFMG. ORCID: <http://orcid.org/0000-0002-0543-3265>. E-mail: brunasallescarneiro@gmail.com.

Revista do Centro Acadêmico Afonso Pena, Belo Horizonte, Vol. 30, N. 1, 2025

ISSN (impresso): 1415-0344 | ISSN (online): 2238-3840

Editor responsável: Roberta Puccini Gontijo | Revisão: Caroliny Procopio Lima

Data de Submissão: 13/12/2024 | Data de Aceite: 07/01/2025

trabalhadores. Por fim, concluímos pela necessidade de denunciar a falsa liberdade jurídico-econômica propagada pelo neoliberalismo e de resgatar a bandeira histórica da redução das jornadas de trabalho da classe trabalhadora.

Palavras-chave: Neoliberalismo; jornada de trabalho; saúde mental; tempo.

FREE FROM THEMSELVES: THE NEOLIBERAL MANAGEMENT OF WORKING HOURS AND MENTAL HEALTH OF THE WORKING CLASS

ABSTRACT: This paper aims to examine working hours in Brazil and their relationship with the mental health of the working class, considering the influence of neoliberal ideology, on the rationale behind the changes introduced by Law No. 13.467/2017. Through a literature review, we begin with a theoretical discussion on neoliberalism, freedom, and mental health to analyze the deregulation of working hours, particularly the expansion and flexibilization of the workday, and their impacts on workers' well-being. Studies on work and time highlight that mental health is also shaped by work overload, the lack of time for leisure and rest and the overall scarcity of free time. The article is structured into three main sections. Following the introduction, the first section explores how neoliberalism reconfigures social relations, health, and labor organization. The second examines the (de)regulation of working hours in Brazil and its implications. The final section discusses the impact of these changes on workers' mental health. The article concludes by emphasizing the need to challenge the illusion of legal-economic freedom promoted by neoliberalism and to reaffirm the historical demand for reducing working hours for the working class.

Keywords: Neoliberalism; working hours; mental health; time.

INTRODUÇÃO

Este artigo tem como objetivo discutir a realidade dos tempos de trabalho no Brasil e a sua relação com o adoecimento mental da classe trabalhadora. Leva-se em consideração o ideário neoliberal, que dita a racionalidade das alterações sobre jornada de trabalho trazidas pela Lei nº 13.467/2017.

Partimos de algumas constatações: a passagem do tempo é relativa e é uma criação humana. Ao longo da história ocidental, acontecimentos naturais, rotina da vida doméstica e do

campo, e, especialmente, as rotinas de trabalho foram – e continuam sendo – referências para a contagem do tempo. Na transição para o capitalismo, Edward Thompson (1998) discorre sobre como a relação com o tempo se alterou quando as relações de contratação de mão de obra começaram a aparecer, na medida em que há uma diferenciação entre o tempo de quem contrata e o de quem é contratado. O empregador é quem passa a controlar o tempo e “o tempo é agora moeda: ninguém passa o tempo e sim o gasta” (Thompson, 1998, p. 272). Assim, o sistema capitalista forma “novos hábitos e nova disciplina de tempo” (Thompson, 1998, p. 297), que continuam se alterando para responder à acumulação de capital e às suas crises estruturais.

Com efeito, expressões banais como: “Deus ajuda quem cedo madruga”; “não ter tempo”, “vida corrida” estão presentes cotidianamente nas nossas vidas, tal como a noção de “urgência”, que persiste em imbricar o tempo e o trabalho. Hábitos e disciplinas que continuam se alterando em prol do acúmulo de capital, o que hoje, no século XXI, é marcado pelas mudanças e avanços tecnológicos, seja no tocante à produção propriamente dita, à circulação da mercadoria, ou ainda em questões organizacionais do trabalho, como a marcação do ponto.

Por meio da revisão bibliográfica, trazemos como referencial teórico a discussão em torno do neoliberalismo (Dardot; Laval, 2016; Brown, 2019; Harvey, 2008) e da liberdade e saúde mental (Safatle, 2023) para compreender a desconfiguração da jornada de trabalho, por meio da flexibilização e da ampliação da jornada e os seus impactos na saúde dos trabalhadores e trabalhadoras. Essas são questões complexas e interdisciplinares que não se exaurem no presente trabalho, por isso, a intenção é refletir sobre alguns pontos relevantes quando direcionamos o olhar para o tempo no atual estágio do capitalismo neoliberal.

Feitas as primeiras considerações, o artigo irá se dividir em três partes. A primeira parte, sob o título “A noção de ‘liberdade’ dá lugar ao social no capitalismo neoliberal”, discute como o neoliberalismo reconfigura as relações sociais, as temporalidades e os modos de organização do trabalho. A segunda, “Livres para trabalhar: jornada de trabalho e as alterações da Reforma Trabalhista”, apresenta o cenário de (des)regulamentação das jornadas de trabalho no Brasil a partir das alterações provocadas pela Reforma Trabalhista. A terceira, “Livres de si: impactos na saúde mental da classe trabalhadora”, problematiza os impactos desse cenário relativo ao tempo de trabalho na saúde mental dos(as) trabalhadores(as). Por fim, apresenta as considerações finais.

1. A NOÇÃO DE “LIBERDADE” DÁ LUGAR AO SOCIAL NO CAPITALISMO NEOLIBERAL

O neoliberalismo, inicialmente formulado no final da década de 1930² enquanto uma escola de pensamento econômica, possui alguns nomes de destaque: o economista austríaco-britânico Friedrich Hayek e o economista austríaco-estadunidense Ludwig von Mises, e, posteriormente, Milton Friedman³, expoente da Escola de Chicago (Dardot; Laval, 2016). De forma geral, o neoliberalismo, encomendado politicamente, é concebido “como potencial antídoto para ameaças à ordem social capitalista e como solução para as mazelas do capitalismo havia muito se achava oculto sob as asas da política pública” (Harvey, 2008, p. 19). Na esfera econômica, opõe-se ao “intervencionismo de Estado” e à “escalada do coletivismo” como uma resposta à forma do Estado de Bem Estar Social – *Welfare State*, nos países do Norte Global.

No entanto, não se trata apenas de uma suposta mínima intervenção econômica, com a desestruturação econômica do Estado de Bem Estar, mas sim do completo desmantelamento das políticas públicas e dos direitos sociais e da destruição da natureza e flexibilização da proteção ao trabalho. Uma lógica de destruição que encontra, na América Latina, desde a década de 1970, um laboratório, especialmente no Chile, de países onde nunca sequer foi estabelecido um verdadeiro Estado de Bem Estar Social (Gago, 2018).

Como explica Wendy Brown (2019, p. 48), o desmantelamento ocorre em muitas frentes:

Epistemologicamente, o desmantelamento da sociedade envolve a negação de sua existência, como Thatcher fez nos anos 1980, ou a rejeição da preocupação com a desigualdade como “política da inveja” (...) Politicamente, envolve o desmantelamento ou a privatização do Estado social -seguridade social, educação, parques, saúde e serviços de todos os tipos. Legalmente, envolve o manejo de reivindicações de liberdade para contestar a igualdade e o secularismo, bem como as proteções ambientais, de saúde, de segurança, laborais e ao consumidor. Etimologicamente envolve a contestação da justiça social por meio da autoridade natural dos valores tradicionais.

² Para Dardot e Laval (2016, p. 69), “o momento fundador do neoliberalismo situa-se antes, no Colóquio Walter Lippmann, realizado durante cinco dias em Paris, a partir de 26 de agosto de 1938, no âmbito do Instituto Internacional de Cooperação Intelectual (antecessor da Unesco), na rue Montpensier, no centro de Paris. A reunião de Paris distingue-se pela qualidade de seus participantes, que, na maioria, marcarão a história do pensamento e da política liberal dos países ocidentais após a guerra, quer se trate de Friedrich Hayek, Jacques Rueff, Raymond Aron, Wilhelm Röpke, quer se trate de Alexander von Rüstow”.

³ Como explicam Dardot e Laval (2016, p. 212), “Friedman é um dos principais pensadores dessa nova forma de disciplina. Falamos anteriormente do papel que ele teve na difusão de massa dos ideais do livre mercado e da livre empresa. Muito mais conhecido do público que Hayek, sem dúvida, mais influente que ele nas políticas norte-americanas, Friedman fez conjuntamente uma carreira acadêmica – consagrada com um prêmio Nobel de Economia como figura principal da Escola de Chicago e fundador do monetarismo – e uma carreira de propagandista dos benefícios da liberdade econômica”.

A justificativa passa pela centralidade do “mercado” como um ser com vontades próprias, dissociadas das condições sociais e políticas, “na ideia de que a economia de mercado tem como condição a mais completa liberdade individual” (Dardot; Laval, 2016, p. 142). Como se a economia de mercado por si só fosse capaz de oferecer aos indivíduos a liberdade para escolher de acordo com seu próprio interesse. Nesse contexto, “o princípio da ‘livre escolha’ aparece aqui não apenas como um princípio de eficácia econômica, mas também como um antídoto contra qualquer desvio coercitivo do Estado” (Dardot; Laval, 2016, p. 106).

Tudo isso é combinado à propagação do ideário da austeridade, com contenção de supostas “despesas do Estado, privatização do setor público, aumento dos impostos, diminuição dos salários e liberalização do direito do trabalho”, o que “corresponde uma lógica sociológica de naturalização das desigualdades” (Ferreira, 2011, p. 120). Trata-se de um padrão cínico que atribui aos indivíduos, e suas privações subjetivas e objetivas, a responsabilidade para solucionar a crise composta pelos mercados financeiros, suposto déficit público do Estado e dos modelos econômicos e sociais.

É uma lógica que encontra razão na sociedade em geral que crê que “não há alternativa” (Ferreira, 2011, p. 122), como se todos estivessem nas mesmas condições de vida e trabalho, e que todos deveriam ceder num momento que se apresenta como de “exceção”, inclusive na esfera normativa, o que é o caso da Lei nº 13.467/2017 no Brasil, que será tratada adiante.

Isso significa que o neoliberalismo não somente destrói formas econômicas, políticas, sociais, ou, ainda, formas de vida. Pelo contrário, comprehende-se que o neoliberalismo constrói. Não apenas uma ideologia ou um tipo de política econômica, mas constrói outras formas de sociabilidade, valores e ideais. Como explicitam Dardot e Laval (2016, p. 7), trata-se de “um sistema normativo que ampliou sua influência ao mundo inteiro, estendendo a lógica do capital a todas as relações sociais e a todas as esferas da vida”.

O neoliberalismo desenha as relações e os modos de vida, que impõe “certas maneiras de viver, certas subjetividades (...) o que está em jogo é nada mais nada menos que a forma de nossa existência, isto é, a forma como somos levados a nos comportar, a nos relacionar com os outros e com nós mesmos” (Dardot; Laval, 2016, p. 14). Para além da destruição, há a conformação de um novo estágio da sociedade capitalista, patriarcal e racista, pautado na austeridade e na desestruturação da proteção social, inclusive em relação ao trabalho.

Nesse contexto, o neoliberalismo molda as dinâmicas de trabalho e de tempo para acelerá-lo. É o que José Luiz Soares (2021, p. 5) afirma: “(...) o neoliberalismo contribuiu para a aceleração do tempo econômico. Ou seja, para um padrão mais mutável dos processos de produção e de trabalho, das dinâmicas de mercado, dos padrões de consumo e das expectativas de lucro”. Essa aceleração do tempo atende às necessidades do capital em acumular cada vez mais, respondendo à sua crise sistêmica – não só econômica, como política, social e ambiental – à custa da exploração da classe trabalhadora. Além da alteração das dinâmicas de trabalho, verifica-se uma constante de usurpação do tempo da classe trabalhadora. Até mesmo porque, para o capital, “o trabalhador, durante toda sua vida, não é senão força de trabalho, razão pela qual todo o seu tempo disponível é, por natureza e por direito, tempo de trabalho” (Marx, 2017, p. 337).

Ainda em relação à discussão do tempo, vale registrar que a Reforma Trabalhista (Lei nº 13.467/2017) tramitou em tempo recorde, durante o governo do Michel Temer, em completo desrespeito ao processo legislativo democrático⁴, com o objetivo de, para além do mérito da ausência de participação política e de diálogo, entre Estado, trabalhadores(as) e sindicatos profissionais, cristalizar os interesses patronais. Tudo isso sob o discurso dissimulado de diminuição do desemprego e estímulo da economia, para mascarar a ofensiva capitalista para a salvaguarda de lucros e expansão do Capital, fragilizando a classe trabalhadora, retirando-lhe direitos e impedindo o acesso à Justiça do Trabalho. Vale dizer que tal como a Lei nº 13.467/2017, de forma geral, as reformas neoliberais no âmbito normativo têm sido orientadas na arena internacional pelo Fundo Monetário Internacional (FMI) e pelo Banco Central (Ferreira, 2011).

Outro ponto relevante é como noção de “liberdade” é reivindicada no discurso e nas políticas neoliberais para ocupar o lugar do “social”, como um direito e dever máximo a serem respeitados e perseguidos. A defesa intransigente da propriedade privada, do livre mercado e livre comércio, ocupa o pressuposto da ideia de liberdade, a partir dos quais o bem-estar humano seria promovido, tendo em vista a possibilidade das capacidades empreendedoras (Harvey, 2008).

A liberdade pautada no individualismo e na autonomia pessoal corrobora a ficção de que a “relação salarial era um contrato entre duas vontades independentes e iguais” (Dardot; Laval, 2016, p. 39), como se a liberdade e condições de escolha fossem semelhantes para

⁴ Sobre a Reforma Trabalhista, ver mais em: Severo; Maior, 2017; Krein; Oliveira; Filgueiras, 2019.

todos(as) no sistema capitalista. Como já desvelava Marx (2017, p. 244), referindo-se aos trabalhadores que só detêm sua força de trabalho para vender no mercado, são livres em duplo sentido: livres para trabalhar e livres para morrer de fome.

Wendy Brown (2019), retomando criticamente os escritos de Friedrich Hayek, demonstra como a noção de “justiça social” foi substituída pela noção de “liberdade”, no bojo do ideário neoliberal, para refletir sobre a democracia e, inevitavelmente, sobre as relações sociais de poder. Para o economista, o social seria uma mentira que apenas justificaria a intervenção do Estado nos mercados e nos códigos morais. Segundo a autora, “o assalto neoliberal ao social” está no bojo do desmantelamento gerido pelo neoliberalismo na medida em que ataca a justiça social e os serviços sociais como se a igualdade não fosse um valor digno a ser perseguido pelos Estados, sociedades e indivíduos (Brown, 2019).

Sintetiza Brown (2019, p. 38) que o neoliberalismo se propõe a destruir, não somente na prática, como também conceitual e normativamente, “a existência da sociedade e a ideia do social – sua inteligibilidade, seu refúgio de poderes estratificados e, acima de tudo, sua adequação como um lugar de justiça e de bem comum”. Nesse contexto, vale retomar a noção de austeridade como um modelo político-liberal, em que as distribuições injustas de sacrifícios são aceitáveis, sendo convocado um falso dilema de como combinar sacrifício e justiça social (Ferreira, 2011), como se a crise capitalista neoliberal convocasse a recorrer a medidas que violem os direitos fundamentais de alguns. A noção de liberdade, portanto, vincula-se estreitamente ao individualismo e à falsa autonomia de que seria possível sobreviver sem estar em sociedade.

Isso tudo traz consequências para o sentimento de coletividade, uma vez que é o social que nos conecta, que cria os laços interpessoais e a empatia para além do mercado: “É lá que nós, como indivíduos ou uma nação, praticamos ou falhamos em praticar a justiça, a decência, a civilidade e o cuidado, para além dos códigos do instrumentalismo e do familiarismo de mercado. E é aí que a igualdade política, essencial à democracia, é feita ou desfeita” (Brown, 2019, p. 53).

Se a noção de sociedade é desfeita, o reconhecimento e o pertencimento de classe ganham desafios ainda maiores. Os valores de mercado passam a ocupar o lugar do social: é a concorrência, a autonomia e o empreendedorismo, como supostos “empresários de si mesmos”, que passam a ditar a racionalidade. Ou seja: “A racionalidade neoliberal (...) corrói as coletividades, enfraquece a substância e os tipos de subjetividades necessários para as

mobilizações coletivas, quais sejam, de um lado, o compartilhamento de senso de (in)justiça, sentimentos e interesses” (Soares, 2021, p. 25). E é evidente que tal elemento social vai influenciar, inclusive, na saúde mental de todos(as) nós.

Assim, se o controle capitalista dos tempos já era uma realidade, desde a implementação das receitas neoliberais tudo fica ainda sofisticado diante das transformações nos processos de trabalho pela tecnologia digital do século XXI. O tempo de trabalho é intensificado por meio de inovações tecnológicas e organizacionais, com o intuito de aumentar o ritmo de trabalho, para ampliar a exploração do trabalho e o acúmulo de capital. Nesse sentido, o tempo livre é mais uma vez apropriado pelo empregador diante das possibilidades do exercício da jornada extraordinária e da flexibilização do tempo de trabalho, o que resulta no aumento da extensão e da intensidade do trabalho (Dieese, 2006).

2 LIVRES PARA TRABALHAR: JORNADA DE TRABALHO E AS ALTERAÇÕES PROMOVIDAS PELA LEI Nº 13.467/2017

A jornada de trabalho é compreendida como o tempo diário em que o empregado(a) presta serviços e permanece à disposição do empregador, em decorrência do contrato laboral. É “a medida da principal obrigação obreira e a medida da principal vantagem empresarial (apropriação dos serviços pactuados” (Delgado, 2024, p. 1001).

O tempo à disposição do empregador, no contexto da organização empresarial, serve para atingir um dos objetivos do sistema capitalista: a obtenção do lucro. Por sua vez, com base nos estudos marxistas, o lucro é obtido por meio da exploração do trabalho e da produção de mais-valia por aqueles(as) que vendem sua força de trabalho. Isto é, a primeira maneira de aumentar o lucro é justamente aumentando a “mais-valia absoluta”, que consiste na intensificação do trabalho por meio do elastecimento da jornada, do acréscimo de tempo trabalhado. A outra forma é por meio da redução do tempo de trabalho necessário por meio de mudanças na produção e de inovações tecnológicas, o que é conceituado como “mais-valia relativa” (Marx, 2017). Entretanto, os avanços científicos e tecnológicos marcantes do século XXI não foram suficientes para reduzir consideravelmente o tempo de duração do trabalho, ainda que estejamos diante do aumento da mais-valia relativa, de forma geral, pelo aumento da produção em menor tempo.

O aumento ou diminuição da jornada de trabalho não impacta somente os lucros do patrão, ultrapassando a noção econômica para influenciar as condições de vida e de trabalho, sobre a própria existência, ao lazer, ao descanso, ao convívio familiar. Não à toa, essa é uma bandeira central para os movimentos sindicais e sociais no Ocidente. Historicamente, a limitação da duração do trabalho é uma das maiores conquistas das lutas trabalhistas, justamente por guardar relação intrínseca com a dignidade das trabalhadoras e trabalhadores, devendo ser compreendida como uma questão de saúde e segurança. Tanto é que a Convenção nº 1 da Organização Internacional do Trabalho (OIT), de 1919, versa sobre duração de trabalho (indústria), limitando a duração da jornada em oito horas.

No Brasil, as conquistas das lutas trabalhistas refletiram nos limites previstos pela Constituição Federal de 1988 que reduziu a duração semanal padrão de trabalho para quarenta e oito horas. Determinou-se, em seu artigo 7º, incisos:

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; XIV - jornada de seis horas para o trabalho realizado em turnos ininterruptos de revezamento, salvo negociação coletiva; XV - repouso semanal remunerado, preferencialmente aos domingos (Brasil, 1988).

Além disso, a Constituição determinou a remuneração das horas extraordinárias, no mínimo, em cinquenta por cento da hora normal. A Reforma Trabalhista alterou a noção de quais seriam os componentes básicos para o cálculo da jornada, que abrange o tempo efetivamente trabalhado, o tempo à disposição e o tempo de deslocamento (Delgado, 2024). Isso porque modificou a redação do §2º e revogou o §3º, ambos do art. 58 da CLT, para excluir o cômputo das horas *in itinere* - tempo de deslocamento entre casa-trabalho quando tratava de local de difícil acesso ou não ser servido por transporte público e o empregador fornecia a condução. Assim, restringiu o que deve ser considerado como tempo de trabalho, ainda que os empregados(as) continuem à sua disposição.

Nesse aspecto, vale a consideração óbvia de que é uma escolha exclusiva da empresa onde irá se instalar e quais são os seus horários de funcionamento, devendo assumir os riscos do empreendimento e das consequências e danos causados aos seus empregados(as). Um dano é justamente “o uso do tempo de vida do trabalhador, em proveito do empregador, durante esse deslocamento e, portanto, deve ter como consequência não apenas o resarcimento das horas à disposição como também o pagamento de indenização pelo prejuízo à própria existência” (Severo; Maior, 2017, p. 48).

Mas, a princípio, o ordenamento brasileiro ainda privilegia o tempo à disposição como critério para o cálculo da jornada, conforme caput do artigo 4º da CLT: “Considera-se como de serviço efetivo o período em que o empregado esteja à disposição do empregador, aguardando ou executando ordens, salvo disposição especial expressamente consignada” (Brasil, 1943). A Lei nº 13.467/2017 não alterou o caput do referido artigo, mas incluiu algumas exceções sobre o que deve se considerar como à disposição, excluindo eventuais atividades particulares praticadas pelos trabalhadores(as), como práticas religiosas; descanso; lazer; estudo; alimentação; atividades de relacionamento social; higiene pessoal; troca de roupa ou uniforme, quando não houver obrigatoriedade de realizar a troca na empresa.

Por isso, entendemos que deve ser considerado como tempo à disposição: o período de deslocamento interno entre a portaria da empresa e o efetivo local de trabalho (Súmula nº 429 do TST) e o tempo residual constante do cartão de ponto (art. 58, §1º da CLT e a Súmula nº 366 do TST). Entretanto, o posicionamento dos Tribunais vem sendo conflitante.

Outra precarização instituída pela Lei nº 13.467/2017 é a exclusão do regime de teletrabalho do controle da jornada para aqueles que prestam serviço por produção ou tarefa (art. 62, III da CLT), dificultando ao empregado(a) tanto a limitação do tempo de trabalho como o pagamento das horas extraordinárias. Mais recentemente, a Lei nº 14.442/2022 incluiu o art. 75-B à CLT dispondo no §5º que:

O tempo de uso de equipamentos tecnológicos e de infraestrutura necessária, bem como de softwares, de ferramentas digitais ou de aplicações de internet utilizados para o teletrabalho, fora da jornada de trabalho normal do empregado não constitui tempo à disposição ou regime de prontidão ou de sobreaviso, exceto se houver previsão em acordo individual ou em acordo ou convenção coletiva de trabalho (Brasil, 2022).

Não menos precarizantes foram as modificações quanto aos regimes de compensação de jornada, contrariando os preceitos constitucionais e facilitando o exercício da jornada extraordinária. Ficou permitido que a pactuação do banco de horas seja feita por acordo individual escrito, desde que a compensação ocorra no período máximo de seis meses (art. 59, §5º da CLT), bem como que o regime de compensação de jornada seja previsto por acordo individual, tácito ou escrito, para a compensação no mesmo mês (art. 59, §6º da CLT). Vale registrar que a compensação da jornada superior a um mês contraria a previsão celetista de que “o pagamento do salário não deve ser estipulado por período superior a 1 (um) mês” (art. 459).

Até mesmo para a realização de atividades insalubres e da jornada de plantão 12x36 horas, foi permitida a pactuação por simples acordo bilateral ao invés da negociação coletiva

(art. 59-A e art. 60 § único, ambos da CLT). Tudo isso facilitou a exigência da prestação de horas extraordinárias pelos empregadores, sem a assessoria e participação dos sindicatos, nem das autoridades competentes em matéria de higiene do trabalho para as atividades insalubres.

Mais uma vez, desvirtuando a Constituição, a Reforma instituiu que a prestação de horas extras habituais não descharacteriza o acordo de compensação de jornada e o banco de horas (art. 59-B, § único da CLT), assim flexibilizou a limitação da jornada em oito horas. Ainda, a prevalência das convenções e acordos coletivos sobre a lei quando dispuserem sobre jornada de trabalho (art. 611-A da CLT).

Não temos a intenção de explicitar todos os retrocessos jurídicos e sociais trazidos pela Lei nº 13.467/2017⁵ relativos à duração do trabalho, mas apresentar o cenário de desconfiguração dos tempos de trabalho, o que impacta diretamente as condições de vida dos trabalhadores(a), a sua própria existência e de suas famílias, o seu direito ao lazer, ao descanso e ao convívio social. E, portanto, sua saúde física e mental. De forma geral, é o que Maurício Godinho Delgado (2024, p. 1007) explicita: “A Lei nº 13.467/2017 tem buscado restringir a noção de jornada de trabalho, de modo a diminuir a inserção, em seu interior, de tempos tidos, classicamente, como à disposição em face do empregador”.

Nesse contexto, verifica-se que a Lei nº 13467/2017 tenta ao máximo “dissociar as regras da duração do trabalho das regras de saúde e segurança do trabalhador e dentro do ambiente laborativo” (Delgado, 2024, p. 1003). É contraditório que a ampliação da jornada de trabalho seja objeto de livre negociação, com status superior à lei, enquanto as “normas de saúde, higiene e segurança do trabalho previstas em lei ou em normas regulamentadoras do Ministério do Trabalho” sejam objeto ilícito de negociação coletiva (art. 611-B, XVII), como se as normas sobre a duração do trabalho não fossem normas de saúde e segurança.

Tanto é que, onde se permite a compensação de horas, a Organização Internacional do Trabalho (OIT) aponta para a necessidade de proteção aos trabalhadores(as) contra o exercício de jornadas excessivamente longas durante determinados períodos e para que o sistema não resulte “em horários de trabalho sujeitos a variações substanciais e imprevisíveis e, dessa forma, conflitar com a vida familiar do trabalhador ou com as preferências dele quanto à alocação do tempo” (Lee; Mccann; Messenger, 2009, p. 130).

⁵ Outro ponto que merece destaque é a criação dos chamados “contratos intermitentes”, como uma terceira modalidade ao lado do contrato por prazo determinado e indeterminado, que regulamentam serviços cuja prestação não é contínua, com alternância de períodos de trabalho e inatividade, independentemente do tipo de atividade econômica, mediante a remuneração do valor da hora de trabalho (art. 443, §3º da CLT). Há aqui mais uma deformação da proteção social e desconfiguração dos tempos de trabalho. Ver mais em: Severo; Maior, 2017.

Em outras palavras, a “flexibilização” das jornadas de trabalho, instituída pela Reforma Trabalhista, opera como mecanismo de ampliação do tempo de trabalho e superexploração da força de trabalho. Na realidade, a expressão “flexibilização” é comumente utilizada para mascarar a precarização das condições de trabalho, caminhando no sentido oposto à redução da jornada, apesar de todo o recente incremento tecnológico na produção de bens e serviços. Ainda, facilita o exercício da jornada extraordinária sem o pagamento correspondente, em conjunto com horários atípicos, e com o maior controle sobre os empregados(as).

A lógica neoliberal presente na legislação, como apontado anteriormente, atua na inversão do que seria o valor social do trabalho, previsto constitucionalmente, e aniquila o tempo de vida dos trabalhadores e trabalhadoras, face à possibilidade e ao efetivo aumento da duração do trabalho.

3. LIVRES DE SI: SAÚDE MENTAL DA CLASSE TRABALHADORA

Na realidade, tempo de trabalho é tempo de vida. Essa divisão é uma ficção, forjada pelo sistema capitalista na medida em que o tempo passa a ser contratado, ao mesmo tempo que reflete o sentimento dos trabalhadores(as) ao que resta de tempo e disposição para cuidar de si, de sua família, de suas relações e de seus anseios. Se a jornada de trabalho, à disposição do empregador, aumenta, o tempo para si mesmo diminui. As dinâmicas entre o tempo de trabalho e o que sobra dele, enquanto tempo de vida, está diretamente relacionado à saúde, física e mental, de quem é livre para vender sua força de trabalho.

É o que os estudos sobre trabalho e tempo (Heloani, Capitão, 2003; Mendes, Tamayo, 2001) denunciam: o adoecimento mental também é um produto da sobrecarga de trabalho, da falta de tempo para lazer e descanso e da pobreza de tempo para viver. Especialmente para mulheres trabalhadoras, mães ou não, que exercem duplas e triplas jornadas, tanto no mercado de trabalho, seja informal ou formal, como dentro de suas casas e/ou da casa dos outros, dando conta de todo o trabalho doméstico e de cuidado (Damián, 2003; Arriagada, 2005), enquanto um reflexo da divisão sexual e racial do trabalho. Aliás, é este o trabalho, em sua maior parte não remunerado ou mal remunerado, que garante aos trabalhadores condições materiais de existência e, consequentemente, a venda da sua força de trabalho no mercado.

Por sua vez, os dados do Observatório de Segurança e Saúde no Trabalho (Smartlab, 2024) demonstram que o adoecimento mental é uma das principais causas de afastamentos pelo

INSS por acidente de trabalho (B91) no Brasil, entre os anos de 2017 e 2022. Transtornos ansiosos e fóbicos representaram 5,25% da totalidade desses afastamentos, depressões e episódios depressivos significaram 4,13%; stress e adaptação 0,65%, além de outros transtornos mentais (0,38%), transtorno afetivo bipolar (4,91%). Isso significa que, pelo menos, 15,32% dos afastamentos accidentários no país relacionam-se à saúde mental. Vale perceber que esses dados versam apenas sobre empregados, ou seja, devidamente formalizados, sem considerar os trabalhadores(as) informais. Dessa forma, o sofrimento mental se expressa como uma grave questão para o mundo do trabalho.

Nesse contexto, segundo dados da OIT, a carga horária de trabalho média do brasileiro (39h) é maior do que a média mundial, de 38,2 horas (Lee; Mccann; Messenger, 2009). Além disso, já se passaram 36 anos sem redução normativa da jornada de trabalho de 44 horas semanais. Pelo contrário, como visto, a Reforma Trabalhista criou flexibilizações para a sua ampliação, o que favorece o aumento de acidentes e doenças ocupacionais e a falta de controle, por parte dos próprios trabalhadores(as), sobre quando será o repouso semanal remunerado – se é que o terão – e sobre a própria remuneração sobre a jornada extraordinária, diante dos sistemas de compensações de jornada e bancos de horas.

O cotidiano de trabalho, sob a gestão dos empregadores, permeado pela lógica organizacional neoliberal dos “empreendedores de si” e cumprimentos de metas, é também marcado pelo adoecimento, diante das contradições e pressões do sistema. Ana Magnólia Mendes (2013, p. 2) define sofrimento como “vivência individual ou coletiva (...) de experiências dolorosas como angústia, medo e insegurança provenientes do conflito entre as necessidades de gratificação do binômio corpo-mente e a restrição de satisfazê-las, pelas imposições das situações de trabalho”. A autora complementa que esse sofrimento psíquico acontece quando a realidade de trabalho “não oferece as possibilidades de gratificação das necessidades dos trabalhadores”, ou seja, quando não há algum tipo de prazer, nem margem de liberdade “para ajustar suas necessidades pessoais às situações de trabalho” (Mendes, 2013, p. 2).

Isso significa que as rotinas e exigências do mercado de trabalho “rotinizam e amortecem o sentido da vida, deixando no corpo as marcas do sofrimento, que se manifestam nas mais variadas doenças ditas ocupacionais, além de atentar contra a saúde mental” (Heloani, Capitão, 2003, p. 107). Ainda que as questões sobre psicodinâmica do trabalho e adoecimento mental envolvam inúmeros outros fatores que escapam ao espaço de trabalho e à seguridade

social, a quantidade de horas gasta no e para o trabalho são determinantes para os arranjos familiares, de descanso e lazer, além de poder significar horas de exposição a exaustão física, pressão psicológica e assédio moral, sexual ou organizacional. Além das situações de insegurança diante dos altos níveis de desemprego, baixos salários, precarização, de forma geral, e crise econômica.

Outro aspecto que merece destaque é o uso da tecnologia dos aplicativos para controle do tempo na forma de contratação de trabalho a que os entregadores estão submetidos⁶: “Os entregadores ficam à disposição da temporalidade das empresas de uma maneira mais flexível e intensa do que em formas de contratação mais convencionais. Tornam-se menos donos de seu tempo. Não raro, isso representa jornadas longas e com muitos tempos vagos” (Soares, 2021, p. 23). A isso se somam os controles telemáticos da jornada e dos tempos supostamente livres dos trabalhadores(as) em domicílio que, contraditoriamente, não estão sujeitos ao controle de ponto pelos empregadores diante das alterações da Lei nº 13.467/2017.

Porém, como afirma Mendes (2013, p. 3), vale registrar que o trabalho também pode “contribuir para subverter o sofrimento, ressignificando e transformando as situações que o geraram”, num processo em que o próprio trabalhador dá sentido ao trabalho e encontra na coletividade acolhimento. Entretanto, isso não é a realidade da imensa maioria no mercado de trabalho brasileiro.⁷

O tempo é um componente essencial do bem-estar (Damián, 2003), logo, as jornadas de trabalho correspondem a um fator decisivo na saúde física e mental dos(as) trabalhadores(as). Marx (2017, p. 337) se atentava para essa questão ainda no século XIX, o que permanece relevante para a atualidade: “Tempo para a formação humana, para o desenvolvimento intelectual, para o cumprimento de funções sociais, para relações sociais, para o livre jogo das forças vitais físicas e intelectuais, mesmo o tempo livre de domingo”.

A OIT acolhe o conceito de “Duração Decente do Trabalho”, que tem como base cinco dimensões para a regulação da jornada de trabalho: preservem a saúde e a segurança; sejam benéficos à família e favoreçam a igualdade de gênero; aumentem a produtividade⁸ e facilitem

⁶ Sobre isso, ver mais em: Oliveira; Carelli; Grillo, 2020; Teodoro; Silva; Antonieta, 2017; Slee, 2017.

⁷ Conforme pesquisa recente, realizada pela Pluxee, do setor de benefícios, com 23 mil funcionários de empresas sediadas em todo o Brasil, com base no questionário da plataforma britânica The Happiness Index, os brasileiros estão menos felizes e menos engajados que outros profissionais ao redor do mundo, o índice de felicidade do brasileiro chegou a 7,3, contra 7,6 no global (Fonseca, 2024).

⁸ Como se sabe, pesquisas realizadas no Norte Global demonstram que “há muito tempo se reconhece o papel que as políticas de duração do trabalho desempenham na melhoria da produtividade” (Lee; Mccann; Messenger, 2009).

a escolha e a influência do trabalhador quanto à jornada de trabalho (Lee; Mccann; Messenger, 2009, p. 147).

É necessário retomar as diretrizes sobre a duração salutar do trabalho, levando-se em consideração não só a saúde física dos(as) trabalhadores(as) como também a saúde mental, relacionando o sofrimento no trabalho com as jornadas exaustivas e imprevisíveis, diante das alterações legislativas recentes. Tratar da gestão dos tempos de trabalho é também dizer sobre as (im)possibilidades de conciliação entre o trabalho doméstico e de cuidado, historicamente desvalorizado e exercido pelas mulheres, e as políticas sociais para redistribuição dessas atividades, rompendo com a sua generificação, mediante inclusão de outros atores, com destaque para o Estado, as próprias empresas e os homens trabalhadores. O que impacta diretamente a saúde e o bem estar das mulheres trabalhadoras, quem cuida e quem é cuidado(a), como crianças, idosos e pessoas com maior grau de dependência.

CONCLUSÃO

O neoliberalismo constrói outras formas de sociabilidade, valores, ideais e temporalidades. A aceleração do tempo para a acumulação de capital encontra os limites corpóreos dos trabalhadores e trabalhadoras, físicos e mentais. Por outro lado, as mudanças na organização e gestão do trabalho são impulsionadas pelos avanços tecnológicos, que favorecem a geração da mais-valia relativa. Apesar disso, a busca desenfreada pelo lucro em resposta à mais uma crise econômica, abraçada pela ideologia neoliberal, faz com que a duração das jornadas de trabalho continuam sendo objeto de atenção e disputa pelos empregadores e pelo próprio sistema.

Tanto é que a Reforma Trabalhista instituiu formas precarizantes de flexibilização da jornada, favorecendo a sua ampliação e a superexploração da força de trabalho. Ainda, dissociou a compreensão de que normas sobre a duração do trabalho são matéria de saúde e segurança. Ao lado disso, o adoecimento mental é uma das principais causas de afastamento do trabalho e deve ser lida no bojo dos estudos sobre tempo e trabalho.

A gestão das dinâmicas dos tempos de trabalho e de vida pelos empregadores revela a ausência da “liberdade” nas relações sociais capitalistas, noção tão propagada pela racionalidade neoliberal, no lugar da “justiça social” e coletividade. A classe trabalhadora é tão livre para trabalhar quanto é despossuída do fruto do seu trabalho e de seu tempo para a vida.

Como não é possível dividir o tempo, a vida acontece em grande parte durante a jornada de trabalho. Assim, ao relacionar os conceitos “tempo”, “trabalho” e “saúde mental”, comprehende-se a centralidade em resgatar a bandeira histórica da redução da jornada de trabalho ainda nos dias de hoje. Trata-se de uma disputa que envolve, de um lado, bem-estar e saúde e, de outro, a apropriação dos ganhos do trabalho alheio. No limite, diz sobre o direito ao próprio tempo e à saúde.

REFERÊNCIAS

ARRIAGADA, Irma. Los límites del uso del tiempo: Dificultades para las políticas de conciliación, familia y trabajo. In: ARRIAGADA, Irma (ed.). **Políticas hacia las familias, protección e inclusión social**. Santiago: Naciones Unidas, 2005.

BRASIL. **Consolidação das Leis do Trabalho (CLT)**. Decreto-Lei nº 5.452, de 1º de maio de 1943. Diário Oficial da União, Brasília, 1 maio 1943. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/decreto-lei/del5452.htm. Acesso em: 5 out. 2024.

BRASIL. **Constituição da República Federativa do Brasil de 1988 (CRFB)**. Diário Oficial da União, Brasília, 5 out. 1988. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/constituicao/constituicao.htm. Acesso em: 5 out. 2024.

BROWN, Wendy. **Nas ruínas do neoliberalismo**: a ascensão da política antidemocrática no ocidente. Tradução: Mario A. Marino e Eduardo Altheman C. Santos. São Paulo: Editora Politeia, 2019.

CRARY, Jonathan. **24/7 – Capitalismo tardio e os fins do sono**. São Paulo: Cosac Naify, 2014.

DAMIÁN, Araceli. La pobreza del tiempo: una revisión metodológica. **Estudios demográficos y urbanos**, v. 18, n. 01, jan./abr., 2003.

DARDOT, Pierre; LAVAL, Christian. **A nova razão do mundo**. Tradução: Mariana Echalar. São Paulo: Boitempo, 2016.

DELGADO, Maurício José Godinho. **Curso de Direito do Trabalho**. 21. ed. São Paulo: Editora JusPodivm, 2024.

DIEESE – Departamento Intersindical de Estatística e Estudos Sócioeconômicos. **Nota técnica**: redução da jornada de trabalho no Brasil, n. 16, 2006, p. 3.

FERREIRA, António Casimiro. A sociedade de austeridade: Poder, medo e direito do trabalho de exceção. **Revista Crítica de Ciências Sociais**, n. 95, 2011.

FONSECA, Adriana. Brasileiro é menos feliz e menos engajado no trabalho. **Valor Econômico**, São Paulo, 27 ago. 2024. Carreira. Disponível em:
https://valor.globo.com/carreira/noticia/2024/08/27/brasileiro-e-menos-feliz-e-menos-engajado-no-trabalho.ghhtml?giftId=3c71a5e03720978&utm_source=Copiarlink&utm_medium=Social&utm_campaign=compartilharmateria. Acesso em: 4 out. 2024.

GAGO, Veronica. **A razão neoliberal:** economias barrocas e pragmática popular. São Paulo: Elefante, 2018.

HARVEY, David. **O neoliberalismo:** história e implicações. Tradução: Adail Soares e Maria Stela Gonçalves. São Paulo: Edições Loyola, 2008.

HELOANI, José Roberto; CAPITÃO, Cláudio Garcia. Saúde mental e psicologia do trabalho. **São Paulo em Perspectiva**, v. 17, n. 2, p. 102-108, abr. 2003.

KREIN, José Dari; OLIVEIRA, Roberto Véras de; FILGUEIRAS, Vitor Araújo (org.). **Reforma trabalhista no Brasil:** promessas e realidade. Campinas: Curt Nimuendajú, 2019.

LEE, Sangheon; MCCANN, Deirdre; MESSENGER, Jon C. **Duração do trabalho em todo o mundo:** tendências de jornadas de trabalho, legislação e políticas numa perspectiva global comparada. Brasília: Organização Internacional do Trabalho, 2009.

MARX, Karl. **O capital.** Livro I: o processo de produção do capital. Tradução: Rubens Enderle. 2. ed. São Paulo: Boitempo, 2017.

MENDES, Ana Magnólia. Estratégias de enfrentamento do sofrimento psíquico no trabalho bancário. **Estudos e Pesquisas em Psicologia**, [S. l.], v. 3, n. 1, p. 38-48, 2013.

MENDES, Ana Magnólia; TAMAYO, Álvaro. Valores organizacionais e prazer-sofrimento no trabalho. **Psico-USF**, v. 6, n. 1, p. 39-46, jan., 2001.

OLIVEIRA, Murilo Carvalho Sampaio; CARELLI, Rodrigo de Lacerda; GRILLO, Sayonara. Conceito e crítica das plataformas digitais de trabalho. **Revista Direito e Práxis**, v. 11, n. 4, dez. 2020, p. 2609-2634.

ORGANIZAÇÃO INTERNACIONAL DO TRABALHO (OIT). **Convenção nº 1:** sobre a duração do trabalho (indústria). Genebra, 1919. Disponível em:
https://www.ilo.org/dyn/normlex/en/f?p=NORMLEXPUB:12100:0::NO:12100:P12100_ILO_CODE:C001. Acesso em: 5 out. 2025.

SAFATLE, Vladimir. A economia é a continuação da psicologia por outros meios: sofrimento psíquico e o neoliberalismo como economia moral. In: SAFATLE, Vladimir; SILVA JUNIOR, Nelson da Silva; DUNKER, Christian (org.). **Neoliberalismo como gestão do sofrimento psíquico**. Belo Horizonte: Autêntica, 2023.

SEVERO, Valdete Souto; MAIOR, Jorge Luiz Souto. **Manual da reforma trabalhista:** pontos e contrapontos. São Paulo: Sensus, 2017.

LIVRES DE SI: A GESTÃO NEOLIBERAL DOS TEMPOS DE TRABALHO E O ADOECIMENTO
MENTAL DA CLASSE TRABALHADORA

Bruna Salles Carneiro

SLEE, Tom. **Uberização:** a nova onda do trabalho precarizado. Tradução: João Peres. São Paulo: Elefante, 2017.

SMARTLAB. **Observatório de Saúde e Segurança do Trabalho.** Frequência de afastamentos em Minas Gerais. Rede de Cooperação Smartlab. Disponível em: <https://smartlabbr.org/sst/localidade/31?dimensao=frequenciaAfastamentos>. Acesso em: 7 set. 2024.

SOARES, José Luiz. O tempo e o direito do trabalho no Brasil da pandemia de covid-19: quatro teses inspiradas em François Ost. **Revista Jurídica Trabalho e Desenvolvimento Humano**, v. 4, 14 jul. 2021.

TEODORO, Maria Cecília Máximo; SILVA, Thais Claudia D'Afonseca da; ANTONIETA, Maria. Disrupção, economia compartilhada e o fenômeno Uber. **Revista da Faculdade Mineira de Direito**, Belo Horizonte, v. 20, n. 39, p. 1-30, abr. 2017.

THOMPSON, Edward Palmer. Tempo, disciplina de trabalho e capitalismo industrial. In: THOMPSON, Edward Palmer. **Costumes em Comum:** estudos sobre a cultura popular tradicional. Tradução: Rosaura Eichemberg. São Paulo: Companhia das Letras, 1998.