



Informe Estratégico – Dano existencial por jornada extenuante e desgastante

1 – Recente decisão da Terceira Turma do Tribunal Superior do Trabalho (TST) deu provimento, por unanimidade, ao recurso interposto por trabalhador, tendo restabelecido a sentença quanto ao pagamento de indenização por **dano existencial**, em decorrência de **jornada de trabalho extenuante e desgastante**.

Na ação trabalhista, o eletricitário informou que foi admitido em 1997 para trabalhar em turnos ininterruptos de revezamento de oito horas, mas essa jornada era frequentemente extrapolada para até doze horas, sem intervalo.

O juízo da Vara do Trabalho de Bagé/RS, além de determinar o pagamento de horas extras, condenou a empresa a indenizar o trabalhador **por dano existencial**. Porém, o Tribunal Regional do Trabalho da 4ª Região (RS) excluiu da condenação o pagamento de indenização por danos morais decorrentes do cumprimento de jornada excessiva, por entender que a prestação habitual de horas extras não teria acarretado dano passível de reparação, mas apenas o direito ao pagamento das horas extraordinárias.

2 – O denominado **dano existencial** pode se configurar, na prática, quanto o empregado **cumprir jornada de trabalho excessiva e desgastante**.

Dentre os direitos fundamentais elencados no [art. 6º](#) da Constituição Federal de 1988 são assegurados direitos individuais e sociais, nos quais estão inseridos o **direito à educação, à saúde, à alimentação, ao lazer e à segurança**, sendo que o pleno exercício de tais direitos garante condições mínimas para uma existência digna, permitindo o desenvolvimento do indivíduo e sua inserção como sujeito de direitos no âmbito da sociedade.

3 – Quanto à jornada extraordinária, nos termos do [art. 59](#) da CLT, **não poderá exceder de duas horas diárias**. A limitação decorre da necessidade do indivíduo de **inserção no seio familiar, saúde, segurança, higiene, repouso e lazer**, sendo que a Declaração Universal dos Direitos Humanos, no [art. 24](#), 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".

4 – No caso julgado no TST, a Terceira Turma entendeu que o cumprimento de jornada de trabalho de doze horas por dia em regime de turnos ininterruptos de revezamento, perfazendo, em média, **72 horas semanais**, por si só revela a conduta danosa praticada pelo empregador. O [inciso XIII](#) do art. 7º da Constituição Federal prevê o limite máximo de **44 horas de trabalho por semana**.

Para a citada Turma, o que evidencia a realização de jornada excessiva é o fato de que o trabalhador estava impedido de exercer seus direitos fundamentais, violando o princípio da dignidade da pessoa humana, **estando o dano existencial efetivamente configurado**, uma vez que a limitação de tempo tornou inviável ao eletricitário suprir suas necessidades vitais básicas e inserir-se no ambiente familiar e social.

A Turma concluiu que das computadas 12/13 horas de trabalho por dia e seis horas de sono, restavam somente 6/7 horas para o exercício de direitos assegurados constitucionalmente, como **alimentação, higiene, assistência à família e lazer**, sem contar as horas despendidas pelo trabalhador com o **deslocamento** da sua casa para o trabalho e vice-versa.

Assim, em sendo demonstrado que a jornada de trabalho do empregado alcançava **doze horas diárias**, tornou-se inafastável, para a Terceira Turma do Tribunal Superior do Trabalho, o reconhecimento de que **foi configurado o ato ilícito causador do dano existencial**.

Portanto, o excesso de jornada extraordinária, para muito além das duas horas previstas na Constituição Federal e na CLT, **cumprido de forma habitual e por longo período**, teria atingido uma exposição habitual ao ambiente de trabalho de mais de doze horas ao dia, **tipificando o dano existencial por comprometer o tempo útil destinado às atividades pessoais, familiares e sociais**.

Foi ressaltado, na decisão, que jornadas de trabalho extenuantes, além de comprometerem a dignidade do trabalhador, também **umentam significativamente o número de acidentes de trabalho**.

5 – Com isso, no Processo [RR-0020813-45.2016.5.04.0812](#), o empregador foi condenado a pagar ao trabalhador uma **indenização por dano existencial** no valor de R\$ 50.000,00 (cinquenta mil reais), com juros e correção monetária.

6 – Importante ressaltar que jornadas de trabalho extenuantes e desgastantes também podem dar ensejo ao esgotamento decorrente da **Síndrome de "Burnout"**, que é resultante de estresse crônico no ambiente de trabalho, e se caracteriza por [três dimensões](#), segundo a Classificação Internacional de Doenças da Organização

Internacional de Saúde: **1)** sensação de falta de energia ou exaustão; **2)** aumento da distância mental em relação ao trabalho, ou sentimentos negativos ou cínicos relacionados ao trabalho; e **3)** uma sensação de ineficácia e falta de realização. No caso, o esgotamento se refere especificamente a **fenômenos no local de trabalho**.

Em 2023, a Síndrome de Bournout (esgotamento) passou a constar da **Lista do Ministério da Saúde** como **doença relacionada ao trabalho**, decorrente de fatores psicossociais relacionados a: gestão organizacional; e/ou contexto da organização do trabalho; e/ou característica das relações sociais no trabalho; e/ou conteúdo das tarefas do trabalho; e/ou condição do ambiente de trabalho; e/ou interação pessoa-tarefa; e/ou jornada de trabalho; e/ou violência e assédio moral/sexual no trabalho; e/ou discriminação no trabalho e/ou risco de morte e trauma no trabalho.

Como isso, é fundamental que as empresas observem com rigorismo os limites quanto ao cumprimento da jornada de trabalho, para evitar acidentes de trabalho e o surgimento de doenças de natureza ocupacional.

Para saber mais acesse o [informe estratégico](#) sobre a **Síndrome de Bournout e suas consequências previdenciárias**, bem como o [informe estratégico](#) sobre **Alteração na Lista de Doenças Relacionadas ao Trabalho (LDRT)**.

Marco Antonio Redinz

Advogado trabalhista, autor de livros, mestre em Ciências Jurídicas pela PUC/Rio, e Especialista de Relações do Trabalho da Findes

Fernando Otávio Campos da Silva

Presidente do Conselho Temático de Relações do Trabalho - CONSURT