



DIRETO À DESCONEXÃO E SAÚDE: AS INTERDISCIPLINARIEDADES DA COVID-19 NO BRASIL

RIGHT TO DISCONNECTION AND HEALTH: INTERDISCIPLINARITIES OF COVID-19 IN BRAZIL

Maria Júlia Cabral de Vasconcelos Arruda ¹
Isabele Bandeira de Moraes D'angelo ²

Resumo: A pandemia da Covid-19 promoveu uma ruptura de paradigmas, alterando as relações de trabalho e impondo ônus demasiados ao trabalhador brasileiro. Assim, o presente estudo foi estruturado a partir das interlocuções entre o Direito e a Medicina, tendo como objetivo analisar as consequências dessa nova modalidade de trabalho, o teletrabalho, e a necessidade de regulamentação do tema. Como metodologia, foi adotada a revisão bibliográfica, com análise qualitativa dos dados e utilização do método hipotético-dedutivo, confrontando a literatura clássica com os textos mais atuais (últimos cinco anos). Este trabalho demonstra ser imprescindível ante a relevância dos direitos e garantias trabalhistas envolvidos, revelando sua contribuição científica. Os resultados apontaram que a legislação brasileira se encontra defasada e é insuficiente para proteção dos trabalhadores, o que gera impactos negativos tanto no aspecto jurídico quanto no médico. O tema é de extrema relevância e, acredita-se, implicará em estudos futuros, não se esgotando no presente trabalho.

Palavras-chave: Direito à Desconexão. Saúde. Interdisciplinariedade. COVID-19. Teletrabalho.

Abstract: The Covid-19 pandemic directed to a paradigm shift, altering labor relations and imposing many burdens on Brazilian workers. Thus, we structured the present study from the dialogues between Law and Medicine, aiming to analyze the consequences of this new modality of work (teleworking) and the need to regulate the subject. As a methodology, we adopted a bibliographic review, with qualitative data analysis and use of the hypothetical-deductive method, comparing the classical literature with the most current papers (last five years). This work is essential, given the relevance of the work rights and guarantees involved, revealing its scientific contribution. The results pointed that Brazilian legislation is outdated and insufficient to protect workers, which generates negative impacts both in the legal and medical aspects. The theme is relevant and may imply in future studies, not being all covered in the present work.

Keywords: Right to Disconnect. Health. Interdisciplinarity. Covid-19. Teleworking.

¹ Mestranda em Direitos Humanos pela Universidade Federal de Pernambuco (UFPE). Lattes: <http://lattes.cnpq.br/0237358562137361>. ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-4601-5139>. Email: majucva@gmail.com

² Pós-Doutora pela Universidade do Porto (PT). Lattes: <http://lattes.cnpq.br/3491163418088431>. ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0001-9592-6049>. Email: isabele.dangelo@upe.br



Introdução

As novas formas de labor, inspiradas, segundo diversos autores, no novo espírito do capitalismo, em sua fase cognitiva, trouxe a era da Indústria 4.0, o que promoveu profundas transformações nas relações laborais e deu novos contornos à morfologia do trabalho. A nova divisão internacional do trabalho tem como base o trabalho intelectual e como foco o sector de serviços. Além disso, a terceirização, o trabalho intermitente e o teletrabalho são modalidades características dessa fase de funcionamento do capital, na qual há a captura da subjetividade do indivíduo (LEME, 2019).

É certo que essa nova configuração traz pontos positivos para a sociedade, contudo, é de extrema importância ressaltar a sua nocividade, haja vista a relevância dos direitos e garantias que são postos em risco e a capilaridade do tema que abarca diversas áreas do conhecimento. Dessa forma, observa-se a importância de um estudo disciplinar capaz de abordar as mais diversas consequências negativas que a nova realidade laboral é capaz de proporcionar para a sociedade. Isto é verdade, principalmente, no que diz respeito à saúde do trabalhador, tendo em vista que esta passou a ser um dos bens jurídicos mais vulneráveis na nova configuração da relação laboral (COSENTINO, 2017).

A evidência da COVID-19, por sua vez, acelerou e antecipou a migração de várias modalidades de trabalho antes impensáveis para o teletrabalho. Em face da necessidade de isolamento social, esta modalidade passou a ser a única forma segura de trabalhar no momento da disseminação da pandemia (MENDES; HASTENREITER; TELLECHEA, 2020).

De modo geral, percebe-se que apenas prestar serviços na modalidade teletrabalho não foi a solução para todos os problemas. Ao contrário, a falta de estrutura nos lares dos trabalhadores, a falta de preparo para o uso das tecnologias e o excesso de jornada são algumas situações que passaram a se fazer presentes e que demandam novas soluções jurídicas. Isso ocorre porque as normas trabalhistas pré-existentes tratavam de outras situações específicas e carecem dos detalhes de que hoje se necessita.

O panorama jurídico demonstra a necessidade e a importância da reflexão crítica sobre o tema das novas relações de trabalho pós-pandemia, que devem ser exercidas com a finalidade de evitar a lesão de mais direitos e garantir que outros sejam tutelados, a exemplo do direito à desconexão, emergente nesse novo cenário digital (AMADO, 2015).

Assim, o presente estudo foi estruturado a partir das interlocuções permanentes entre o Direito Laboral, Psicologia e Medicina, que tendem a promover, eventualmente, oscilações entre a necessidade de proteção da parte mais vulnerável da relação de trabalho e a redução dos custos econômicos.

Este trabalho tem como objetivos a análise das consequências dessa nova modalidade de trabalho e a (des)necessidade de regulamentação do tema, traçando um comparativo legislativo entre os países para chegar à eventual conclusão. Como metodologia, foi adotada a revisão bibliográfica, com análise qualitativa dos dados e utilização do método hipotético-dedutivo, confrontando a literatura clássica com os textos mais atuais (últimos cinco anos), tendo como referenciais teóricos autores como Boaventura Souza Santos (SANTOS, 2020), Ricardo Antunes e Byung-Chul Han (HAN, 2015).

Por meio de achados científicos, foi constatado que a legislação brasileira se encontra defasada, no que diz respeito à tutela de direitos e proteção de trabalhadores que se submetam ao regime laboral do teletrabalho. Essa legislação é insuficiente para proteção dos trabalhadores, o que, por sua vez, gera impactos negativos tanto no aspecto jurídico quanto no médico, haja vista a violação de direitos trabalhistas consolidados e a proliferação de doenças físicas e mentais provocadas, justamente, por essa desregulamentação.

Diante do exposto, este trabalho demonstra sua justificativa, haja vista a relevância dos direitos e garantias envolvidos, que reverberam pelas mais diversas áreas do conhecimento, revelando, assim, sua significativa contribuição científica. Ante a sua contemporaneidade, o tema não se esgota no presente trabalho, havendo desdobramentos que ainda precisam ser analisados, a partir da resposta de cada legislação ao novo cenário laboral, sendo tais consequências objeto para estudos futuros.

Método

Para o desenvolvimento do trabalho, a metodologia adotada promoveu uma análise por meio do método hipotético-dedutivo, que consiste na identificação de um problema, estipulação de conjecturas e falseamento de determinadas hipóteses, para que se possa chegar, a partir de uma exclusão, em uma conclusão para o referido problema.

Além disso, foi utilizada uma abordagem qualitativa, ou seja, voltada para a parte subjetiva da problemática, capaz de identificar e analisar dados que não podem ser expressos de forma exclusivamente numérica. É válido pontuar, ainda, que o trabalho foi realizado por meio de revisão bibliográfica de autores especialistas sobre os temas, partindo de um pressuposto de multidisciplinaridade e de uma análise crítica da matéria, com base nos princípios da Escola Crítica de Frankfurt.

Foram utilizados, como marcos teóricos, autores como Boaventura Souza Santos, Ricardo Antunes e Byung-Chul Han, que foram escolhidos pelo seu relevante conhecimento acerca do tema e ampla produção acadêmica. Esta produção é marcada, ainda, pela abordagem interdisciplinar das consequências que não se restringem ao âmbito jurídico.

Teletrabalho e direito à desconexão

Vivencia-se, atualmente, uma erosão do modelo tradicional do trabalho, impulsionada pelas novas tecnologias digitais que têm o condão de modificar, de forma radical, a estrutura das relações de trabalho. Pode-se citar, como exemplo de tais mudanças, o surgimento de novos postos de trabalho marcados pela flexibilidade e precarização contratual (D'ANGELO, 2014).

Diante disso, emerge, na verdade, mais uma forma de organização e precarização do trabalho contemporâneo, por meio da utilização de tecnologias da informação. Entretanto, esta utilização conta com o respaldo legal. Nessa toada, o direito à desconexão é entendido como uma ferramenta jurídica de resguardo dos interesses sociais e cidadãos nas relações de emprego (NASCIMENTO; CREADO, 2020).

Nesse ponto, é válido ressaltar, ainda, a clara exemplificação da (des)regulamentação da legislação trabalhista, sendo aqui essa expressão utilizada como uma nova forma de flexibilização. Com base na lei, graus acrescidos de plasticidade organizacional subvertem a principal finalidade protecionista e garantidora da segurança jurídica dessa flexibilização (CARVALHO, 2010).

Além de carecer de fundamentação lógica e fática, a (des)regulamentação da duração da jornada dos teletrabalhadores é extremamente perigosa. Esses passam a se submeter a jornadas cada vez mais exaustivas e longas, a fim de que possam atender às demandas que são cobradas, sendo que, assim, submetem-se a grandes violações aos seus direitos sociais, como a saúde, o lazer, o convívio social e o direito ao descanso. O cenário favorece a criação de pessoas viciadas em trabalho virtual, também conhecidas como *workaholics*, e contraria a finalidade do teletrabalho, tal qual idealizado inicialmente (AFONSO, 2016).

Ao lado das inúmeras e inegáveis vantagens associadas ao teletrabalho, tem-se também os aspectos negativos. Por um lado, muitos comemoram a possibilidade de um maior contato com a família, como também evitar longas horas de trânsito por dia. Já outros, atentam para as dificuldades de cuidar da casa, da família e do trabalho (ao mesmo tempo) e, inclusive, reclamam do aumento das metas e da excessiva carga de trabalho (SONG *et al.*, 2019).

Em contrapartida, há também a questão do isolamento e da preservação da saúde ocupacional/acidentes de trabalho, uma vez que os trabalhadores expostos de forma mais constante a estas novas condições laborais certamente apresentarão algum tipo de dificuldade, transtorno ou limitação no futuro.

No mesmo sentido, o relatório conjunto da Organização Internacional do Trabalho (OIT) e da Eurofound, publicado em 2019, traz conclusões de estudos nacionais de 15 países, além de Pesquisa Europeia sobre as Condições de Trabalho, para considerar os efeitos do teletrabalho e do trabalho móvel no mundo do trabalho. O relatório apontou que esta forma de trabalho tem

aumentado na maioria dos países pesquisados. Seus efeitos positivos, geralmente, incluem a redução do tempo de deslocamento, maior autonomia do horário de trabalho, melhor equilíbrio geral entre trabalho e vida pessoal e maior produtividade.

Ao lado das vantagens, foram apontadas, como desvantagens, a tendência de prolongar a jornada de trabalho e a de criar interferência entre o trabalho e a vida pessoal. Essas tendências resultam na intensificação do trabalho, o que pode desencadear altos níveis de estresse com consequências negativas para a saúde e para o bem-estar dos trabalhadores. Tais efeitos ambíguos, e em certos aspectos contraditórios do teletrabalho, nas condições de trabalho, foram retratados como um exemplo atual do mundo real e os grandes desafios do futuro do trabalho (EUROFOUND, 2017).

No que diz respeito às políticas públicas, a proteção legislativa constitui-se, inclusive, uma medida de saúde pública, haja visto que o recurso abusivo ou desmedido a esta forma de trabalho é capaz de ocasionar consequências nocivas na vida dos trabalhadores e na vida da sociedade como um todo (SANTOS, 2020).

O crescimento das modalidades de trabalho supracitadas proporciona o crescimento de doenças psíquicas, as quais já representam uma importante preocupação para diversas entidades e órgãos em âmbito global. Nesse sentido, segundo dados da Organização Mundial da Saúde (OMS), divulgados em 2017, mais de 300 milhões de pessoas vivem com depressão e outras 264 milhões têm que lidar com a ansiedade, o que representa um aumento, em média, de 16,5% do número dessas enfermidades nos últimos dez anos.

Já no âmbito laboral, em 2016, a Organização Internacional do Trabalho (OIT) publicou um relatório intitulado “*Workplace Stress: A collective challenge*”, indicando a necessidade de atentar para os efeitos que o trabalho pode ocasionar na saúde dos trabalhadores. O relatório abrange não só os acidentes físicos de trabalho, mas também as doenças causadas pelo estresse excessivo e pela sobrecarga de trabalho (ILO, 2016). Neste contexto, surge, também, a síndrome de burnout, que assola cerca de 30% dos mais de cem milhões de trabalhadores brasileiros, segundo dados da *International Management Association* no Brasil (Isma-BR).

Deste modo, a ausência de dispositivos legais específicos que estabeleçam limites para estas novas formas de labor e que determinem sobretudo distinções necessárias entre o trabalho e o exercício da vida privada é um dos grandes desafios jurídicos do momento. Assim, pode-se concluir que o direito de estar desconectado se torna uma garantia imprescindível para a modernidade, nesse sentido:

O direito de estar desconectado passa a ser uma garantia necessária para a sociedade contemporânea, a fim de que se possa, ao menos tentar, estabelecer uma separação entre o meio ambiente de trabalho e o ambiente social e garantir a materialização do labor digno (ARRUDA; D'ANGELO, 2020, p. 23).

É fato que a sociedade ainda está desenvolvendo formas de se adaptar à nova realidade forjada pelo advento da Covid-19. Contudo, essa aprendizagem não pode deixar de lado a tutela dos trabalhadores que, no momento, passaram a ser um grupo hipervulnerável, ao passo que começaram a exercer suas atividades em teletrabalho, sem um alicerce legal consolidado. Esse cenário é propício para o surgimento de novas violações, que não mais se restringem ao Direito do Trabalho e perpassam por aspectos da saúde, como há de se demonstrar nas próximas seções.

Diálogos entre saúde e desconexão

Os excessos de jornada têm aparecido com frequência em vários estudos, como ensejadores de doenças ocupacionais relacionadas à depressão e ao transtorno de ansiedade. Assim, uma conexão demasiada contribui para que o empregado, cada vez mais, fique privado

de ter uma vida saudável e prazerosa.

O progresso tecnológico e os equipamentos de comunicação, por meio das redes sociais, novas plataformas para reuniões para videoconferência, entre outros, surgiram e surgem. Essas tecnologias têm sido usadas de forma exponencial, sobretudo no período da pandemia, possibilitando a conexão do trabalhador com o seu trabalho em tempo integral.

Dessa maneira, basicamente, neste momento, vislumbramos alguns aspectos que podem dificultar esse direito à desconexão: (a) a cultura do estar presente ainda é muito forte; (b) a obsessão por linhas ascendentes e altas *performances*; e (c) o trabalho em nomadismo, ou para empresas multinacionais (que permite a existência de trabalhadores em vários fusos horários diferentes). Ao lado dessas questões, também pudemos incluir o temor do trabalhador de ser esquecido, bem como a valorização de sua autoimagem e reputação junto aos colegas detrabalho.

Em virtude do exposto, a desconexão passou a ser vista como um tema de alta relevância, que não se relaciona, apenas, com o Direito do Trabalho. O tema tem relevante capilaridade e abarca tópicos referentes de diferentes áreas de estudo, podendo-se citar, como exemplo, a Psicologia e a Medicina.

Nesse aspecto, o direito à desconexão ganha importante destaque, ao passo que impõe um limite à jornada de trabalho e auxilia no controle do crescimento demasiado de doenças laborais, que afetam o corpo e a *psiqué* do trabalhador. A desconexão passa a ser um instrumento de proteção de saúde pública, pois regulamenta e impede a exploração demasiada do trabalhador, que labora em um ambiente de insalubridade psíquica. Esse ambiente é caracterizado pelo excesso de cobrança, metas imbatíveis e a falsa ideia de meritocracia, o que, por sua vez, materializa a denominada precarização subjetiva (PATTERSON, 2018)

As circunstâncias de trabalho atuais adotadas (teletrabalho), por não dependerem, necessariamente, da presença física do trabalhador, acabam por submetê-lo a uma disponibilidade exagerada, que pode acarretar danos à sua saúde, ao negligenciar o direito à desconexão das atividades laborais (NASCIMENTO; CREADO, 2020).

A desconexão passa a ser um instrumento de proteção da saúde pública ao passo que regulamenta e impede a exploração demasiada do trabalhador que labora em um ambiente de insalubridade psíquica, caracterizado pelo excesso de cobrança, metas imbatíveis e a falsa ideia de meritocracia. Com um amplo arsenal de meios tecnológicos à sua disposição, como smartphones, tablets e notebooks (muitos dos quais são também a única forma de lazer do trabalhador no momento), o empregador encontra um canal direto e praticamente instantâneo de acesso ao trabalhador. Esse contato ocorre por e-mails, mensagens ou contatos telefônicos, que podem ocorrer a qualquer dia e em horários aleatórios, ainda que fora ou além da jornada contratualmente pactuada. Essa situação fere os direitos à sua limitação e consequente desconexão para lazer, descanso e fruição, por parte do empregado, da sua vida pessoal, social e familiar (STANDING, 2013).

Se, por um lado, o trabalhador tem a seu favor a comodidade de trabalhar em sua própria casa no horário que lhe pareça mais conveniente, de outro lado, está exposto ao risco de ficar vinculado por todo o dia, inclusive fins de semana e feriados, o que desrespeita a convivência familiar e os momentos de descanso, cultura e lazer. A temática sobre jornada de trabalho sempre possuiu centralidade, inclusive, historicamente e suscitou interesse de estudos e pesquisas dentro do direito do trabalho.

Nesse sentido, proteger a jornada de trabalho significa salvaguardar os aspectos biológico, econômico, social e familiar do empregado, porque, respectivamente, resguardam a saúde física e psíquica do mesmo. Além disso, essa proteção inclui favorecer a lucratividade do empregador, que decorre da produtividade do empregado e está intimamente ligada ao descanso adequado deste. A jornada de trabalho adequada, ainda, confere tempo livre para que o empregado vivencie suas relações interpessoais, sejam estas familiares ou sociais (LEITE, 2020).

Embora a proteção do trabalhador esteja mais diretamente evidenciada no direito à desconexão, tal direito, em verdade, constitui-se numa garantia tanto para ambas as partes do contrato de trabalho quanto para a própria sociedade. Além de preservar a saúde do

empregado e garantir ao empregador maior produtividade, a proteção às jornadas de trabalho permite que os cidadãos façam de suas vidas algo mais do que apenas trabalhar (TAVARES, 2016).

A preocupação que a OIT já demonstrava em relação ao tema foi ratificada recentemente em um novo estudo publicado pela mesma organização, em 2021. O recente documento aponta, justamente, a necessidade de observação e estudo das consequências decorrentes da nova intersecção entre Direito do Trabalho e a realidade social moldada pela pandemia do novo coronavírus. Nesse sentido, tem-se que, apesar de ser uma solução para contenção da pandemia do vírus, o teletrabalho gera certas preocupações aos órgãos especializados, principalmente, no que diz respeito aos riscos ergonômicos e psicossociais (ILO, 2021).

A organização internacional aponta importante diretriz, ao passo que traz à luz do debate a questão ergonômica que é considerada um risco ocupacional e que deve assegurar a preservação da saúde e do bem-estar do indivíduo (MESQUISTA; SOARES, 2020).

Em relação ao tema deste artigo, a necessidade de um estudo interdisciplinar entre Direito e Psicologia não é recente. A sua relevância passou a ser observada, de forma significativa, a partir da década de 1970, com o desenvolvimento consolidado de Dejours e da sua teoria da Psicodinâmica do Trabalho (DEJOURS, 1992). O estudo dejouriano deu enfoque à saúde do trabalhador, ao prazer laboral e ao sofrimento decorrente da organização do trabalho (FONSECA, 2018).

Tais estudos já retratavam os malefícios de uma exploração demasiada. A sobrecarga dos trabalhadores implica em “carga mental” formada pela “carga psíquica” e, posteriormente, pelo “sofrimento psíquico” (FONSECA, 2018). Essa cadeia de sofrimento está diretamente ligada ao esgotamento dos trabalhadores e ao desenvolvimento silencioso das doenças supramencionadas, que são, cada vez mais, potencializados pelo uso de tecnologias. Nesse sentido, aponta-se que “O desenvolvimento da tecnologia expõe os trabalhadores a novas cargas intelectuais e psicossensoriais de trabalho: são novas condições de trabalho e sofrimentos insuspeitos.” (LIRA, 2015, p. 86).

É importante destacar, ainda, que Dejours retrata o sofrimento do trabalhador como um combustível para o sistema capitalista, sendo rentável e produtivo para este, como se pode observar no seguinte trecho:

Quando o sofrimento pode ser transformado em criatividade, ele traz uma contribuição que beneficia a identidade. Ele aumenta a resistência do sujeito ao risco de desestabilização psíquica e somática. O trabalho funciona então como um mediador para a saúde. Quando, ao contrário, a situação de trabalho, as relações sociais de trabalho e as escolhas gerenciais empregam o sofrimento no sentido de sofrimento patogênico, o trabalho funciona como mediador da desestabilização e da fragilização da saúde (DEJOURS; ABDOUCHELI, 1994, p. 137).

No momento atual, em consequência da pandemia, o excesso de trabalho, em adição à adaptação às novas rotinas e novas tecnologias, sem o efetivo gozo do direito ao descanso e à desconexão do trabalho, pode ocasionar vários tipos de prejuízos à saúde do trabalhador. Pode-se apontar, por exemplo, o aumento do nível do estresse, como se pode observar no trecho exposto a seguir.

Tal medida, por mais que se entenda necessária nesta fase de calamidade pública em que vivemos, pode representar um problema à saúde física e psíquica do trabalhador, uma vez que pode corroborar para o aumento do estresse: em primeiro lugar, pela própria situação que a pandemia nos causa; em segundo lugar, pelo excesso de trabalho e impossibilidade de desconexão e descanso. (NASCIMENTO; CREADO, 2020, p. 144).

Em linhas gerais, jornadas de trabalho extenuantes resultam não só no esgotamento psicológico como também em um grande desgaste do organismo, que, fatalmente, pode acarretar acidentes de trabalho e a alta rotatividade de mão de obra – *turnover*. O estresse ocasionado pela situação da jornada estafante e com poucas pausas para repouso traz outros dois problemas, a síndrome do esgotamento profissional, também denominada de *burnout*, e o dano existencial trabalhista. Assim, é válido ressaltar novamente que:

Os elementos do teletrabalho são facilitadores da instauração de uma rotina de trabalho intensa e exacerbada, caracterizada pelas longas jornadas de trabalho, sem os devidos intervalos, e pela ausência de separação entre o que se considerava vida dentro e fora do trabalho. A produção frenética, contudo, tem seu preço, sendo esse rapidamente apresentado através de diversos sintomas físicos e mentais (ARRUDA; D'ANGELO, 2020, p. 17).

Os danos psicológicos decorrentes da atividade ocupacional são de grande relevância e, inclusive, já são estudados em alguns aspectos. A literatura científica já se debruça sobre o tema e assemelha a sua letalidade a outras doenças laborais, demonstrando, empiricamente, a importância de tal debate, como se pode notar no trecho a seguir.

Ao lado das intoxicações por metais pesados e agrotóxicos, das doenças respiratórias provocadas ou agravadas por poeiras minerais e outros aerodispersóides, os resultados das pesquisas científicas recentes chamam atenção para o câncer de origem ocupacional e para os problemas de saúde mental. Na esfera dos riscos e de seus determinantes, uma literatura consistente salienta os fatores psicossociais gerados pelos paradoxos dos métodos de gestão de pessoal e de controle da produtividade, assim como pelas metas de qualidade dos produtos e serviços (TAKEDA, 2005, p. 121).

Trata-se não somente dos aspectos físicos e mentais de um empregado, e sim da finalidade mais basilar e nobre sob a qual se funda toda sistemática jurídica e pela qual existem diversas garantias e direitos: a dignidade da pessoa humana. Isto é fato, principalmente, quando se observar o caso através da nova lente forjada pelo isolamento social decorrente da nova realidade, ao passo que houve um aumento significativo da carga psicofísica dos teletrabalhadores. Estes, na tentativa de se protegerem fisicamente do vírus, acabaram caindo em uma armadilha de vulnerabilidade da saúde física e mental.

Acreditamos, assim, que o teletrabalho em uma situação de isolamento social intensificou as demandas à subjetividade dos trabalhadores e proporcionou uma “pandemia” de sujeitos com elevadíssima carga psicofísica. Essa intensificação pode ocasionar, preocupantemente, a diminuição dos espaços e momentos dedicados ao ócio, ao convívio familiar, à formação político-cidadã e à reabilitação cognitiva e mental. Fica, portanto, um alerta ao futuro do (tele)trabalho no Brasil e no mundo. (SILVA, 2021, p. 10).

Dessa forma, torna-se notório que resguardar o descanso e lazer dos empregados pela efetivação de seu direito à desconexão laboral, em sua plenitude, tange aspectos humanitários que superam os limites da relação empregatícia. Esse direito significa, antes, tutelar e promover a própria dignidade do ser humano que, a despeito de ter também o direito ao trabalho, não nasce empregado, mas sim pessoa garantida nos direitos do lazer e da busca plena da felicidade.

Assim, observa-se a essencialidade de um estudo holístico, capaz de vislumbrar todas

essas nuances da exploração da mão de obra dos trabalhadores, posto que esse abuso laboral gera consequências, muitas vezes, irreversíveis e não limitadas apenas ao campo do Direito do Trabalho.

É importante apontar também que o Direito à Desconexão não se restringe ao ramo jurídico, ao contrário, gera impactos nas mais diversas áreas do conhecimento. Logo, sua importância e relevância restam esclarecidas, sendo fácil observar, assim, a importância deste estudo em caráter interdisciplinar, ao passo que apenas uma visão holística do tema é capaz de abarcar todas as suas nuances e detalhes.

Notas conclusivas

O novo panorama do mundo laboral, forjado atualmente pela Revolução 4.0 e pelo advento da pandemia do novo coronavírus, é marcado pela precarização, pela exploração demasiada e pelo sofrimento do trabalhador.

O campo do Direito do Trabalho brasileiro precisa estar atento às constantes alterações das condições de trabalho para que possa continuar a proteger a parte hipossuficiente da relação de trabalho – o trabalhador. Contudo, esta não é a realidade que se observa. O ordenamento pátrio, mesmo após a recente reforma trabalhista, com a Lei nº 13.467/2017, encontra-se defasado e ineficiente para as necessidades brasileiras atuais. Isto ocorre, sobretudo, quando levam-se em consideração outras ordens jurídicas, a exemplo da francesa e da chilena.

A situação atual desafia diversos direitos assegurados aos trabalhadores, que passam a sacrificá-los em prol da manutenção de seus trabalhos. Tal realidade ocorre com mais frequência na modalidade do teletrabalho, tão popular nos tempos hodiernos.

As consequências da nova realidade trabalhista, contudo, não se limitam ao aspecto jurídico. Em uma análise específica do teletrabalho, podem-se observar diversas sequelas sociais pertencentes aos estudos interdisciplinares, que perpassam por áreas como a psicologia e a medicina, a economia e a gestão de recursos humanos. Adoecimentos físicos e mentais não podem estar correlacionados diretamente ao labor, sem que haja uma tutela estatal eficaz que possa regular e controlar essa relação de causalidade.

Nesse sentido, é possível observar que os objetivos deste presente trabalho foram alcançados, ao passo que a realização da análise de legislações de diferentes países demonstraram a defasagem no Brasil em relação ao tema. Isto, por sua vez, tem o condão de provocar inúmeros malefícios para os teletrabalhadores que podem suportar prejuízos desproporcionais no âmbito jurídico e desenvolver problemas de saúde física e mental ante a desregulamentação do tema.

É importante destacar, por fim, que, para a realização desta pesquisa, foram consultados dados e pesquisas sobre o tema referente no contexto mundial, com enfoque para a realidade brasileira e traçando-se um paralelo com o vivenciado em países como França e Chile. Os referidos dados foram consultados por meio da internet, contemplando o estudo de publicações acadêmicas compartilhadas de forma *online*. Os textos analisados se referem ao lapso temporal dos últimos cinco anos, tendo em vista o recente fato objeto da pesquisa (o direito à desconexão do trabalhador e as mudanças nas relações de trabalho consequentes da pandemia), e à literatura clássica sobre o tema.

Nesta pesquisa, não se tem a intenção de formar opiniões contrárias às inovações tecnológicas e seus benefícios. Apenas, buscou-se apontar as decorrentes mudanças nas condições de trabalho trazidas por essas inovações e seu potencial em prejudicar a manutenção da saúde e da dignidade humana do trabalhador. Acredita-se que esses apontamentos convêm aos estudiosos dos Direitos Humanos, em especial do Direito do Trabalho.

Como conclusão, aponta-se atenção à imprescindibilidade do estudo e da tutela do Direito à Desconexão, sobretudo no estudo interdisciplinar. Neste caso, o estudo tem o potencial de identificar e mapear as causas e os diversos malefícios sociais decorrentes de uma hiper-conexão sem limites, o que afeta todas as camadas do tecido social sem distinção, sendo, assim, de extrema relevância. Ante a sua contemporaneidade, o tema não se esgota

no presente trabalho, havendo desdobramentos que ainda precisam ser analisados, a partir da resposta de cada legislação ao novo cenário laboral, sendo tais consequências objeto de estudos futuros.

Referências

AFONSO, Kleber Henrique Saconato. Teletrabalho: Escravidão Digital e o Dano Existencial por Lesão ao Lazer e Convívio Familiar. **Revista de Artigos do 1º Simpósio sobre Constitucionalismo, Democracia e Estado de Direito**, Marília – SP, V. 1, N.1, p. 716-736, 2016. Disponível em: <https://revista.univem.edu.br/1simposioconst/article/view/1189>. Acesso em: 24 fev. 2021.

AMADO, João Leal. Perspectivas do direito do trabalho: um ramo em crise identitária? **Revista do Tribunal Regional do Trabalho da 15ª Região**, Campinas, n. 47, 2015.

ARRUDA, Maria Júlia Cabral de Vasconcelos; D'ANGELO, Isabele Bandeira de Moraes. Admirável escravo novo? A escravidão digital e o direito à desconexão: uma análise crítica do instituto do teletrabalho brasileiro e suas consequências para a sociedade do capitalismo cognitivo. **Revista Research, Society and development**. v. 9, n. 4, 2020. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/2786>. Acesso em: 15 maio 2021.

CARDOSO, Daniel João Rocha. **A gestão de recursos humanos e o direito à desconexão**. Dissertação de Mestrado. Lisbon School of Economics & Management. Lisboa, 2019. Disponível em: <https://www.repository.utl.pt/handle/10400.5/20852>. Acesso em: 22 fev. 2021.

CARVALHO, Aljihan Fernandes de. **Flexibilização e desregulamentação do trabalho no Brasil “1930-2010”**. Monografia (Bacharelado em Direito) Santa Catarina, 2010. Disponível em: <https://repositorio.ufsc.br/xmlui/handle/123456789/123665>. Acesso em: 24 fev. 2021.

COSENTINO FILHO, Carlo Benito. **O direito do trabalho na revolução informacional e nas teorias dos movimentos sociais: impactos no postulado autonomia, nas relações individuais e coletivas de trabalho**. Recife, 2017. Tese (Doutorado em Direito) – Programa de Pós-Graduação em Direito, Centro de Ciências Jurídicas / FDR, Universidade Federal de Pernambuco, Recife. Disponível em: <https://repositorio.ufpe.br/handle/123456789/26806>. Acessado em: 22 fev 2021.

DEJOURS, Christophe. **A Loucura do trabalho: Estudo de Psicopatologia do Trabalho**. Tradução de Ana Isabel Paragay e Lúcia Leal Ferreira. 5. ed. São Paulo: Cortez, 1992.

DEJOURS, Christophe; ABDOUCHELI, Elisabeth. **Psodinâmica do Trabalho: contribuições da Escola Dejouriana à análise da relação prazer, sofrimento e trabalho**. Tradução de Maria Irene Stocco Betiol. São Paulo: Atlas, 1994

D'ANGELO, Isabele Bandeira de Moraes. **A subordinação no direito do trabalho: para ampliar os cânones da proteção a partir da economia social solidária**. São Paulo, LTR, 2014.

EUROFOUND AND THE INTERNATIONAL LABOUR OFFICE. Working anytime, anywhere: The effects on the world of work, **Publications Office of the European Union Luxembourg, and the International Labour Office**, Geneva, 2017. Disponível em: <http://ftp.iza.org/dp11993.pdf>. Acesso em: 11 ago. 2021.

FEITOSA, Carla Danielle Araújo; FERNANDES, Márcia Astrês. Afastamentos laborais por depressão. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, Epub, Ribeirão Preto, 2020. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-11692020000100335&lng=en&nrm=iso&tlng=pt. Acesso em: 22 fev. 2021.

FONSECA, Vívian Maria Zidan da. **Da satisfação ao sofrimento no trabalho: breve análise sobre os impactos da organização do trabalho na saúde mental do trabalhador.** Monografia de conclusão de curso em Direito. Universidade Federal do Rio de Janeiro. Rio de Janeiro, 2018. Disponível em: <https://pantheon.ufrj.br/bitstream/11422/8774/1/VMZFonseca.pdf>. Acesso em: 25 fev. 2021.

HAN, Byung-Chul. **Sociedade do cansaço**, Petrópolis, RJ: Vozes, 2015.

INTERNATIONAL LABOUR OFFICE – ILO. **Anticipate, prepare and respond to crises: Invest now in resiliente OSH systems.** Geneva, 2021.

INTERNATIONAL LABOUR OFFICE – ILO. **Workplace Stress: A collective challenge.** Geneva, 2016. Disponível em: [https://www.ilo.org/safework/info/publications/WCMS_466547/lang—en/index.htm](https://www.ilo.org/safework/info/publications/WCMS_466547/lang-en/index.htm). Acesso em: 29 set. 2021.

LEITE, Carlos Henrique Bezerra. **Curso de direito do trabalho.** São Paulo: SaraivaJur, 2020

LEME, Ana Carolina Reis Paes. **Da máquina à nuvem: caminhos para o acesso à justiça pela via de direitos dos motoristas da Uber.** São Paulo: Ltr, 2019.

LIRA, Fernanda Barreto. **Meio ambiente do trabalho e enfermidades profissionais: os rituais do sofrimento e a morte lenta no contexto do trabalho livre/subordinado.** Tese de Doutorado. Universidade Federal de Pernambuco. Recife, 2015. Disponível em: <https://repositorio.ufpe.br/handle/123456789/18411#:~:text=RI%20UFPE%3A%20Meio%20Ambiente%20Do,Contexto%20Do%20Trabalho%20Livre%2FSubordinado&text=Keywords%3A,trabalho%20livre%2Fsubordinado.&text=O%20estudo%20tem%20como%20objeto,o%20meio%20ambiente%20do%20trabalho>. Acesso em: 05 fev. 2021.

MENDES, Diego Costa; HASTENREITER FILHO, Horacio Nelson; TELLECHEA, Justina. A REALIDADE DO TRABALHO HOME OFFICE NA ATIPICIDADE PANDÊMICA. **Revista Valore**, [S.l.], v. 5, p. 160-191, set. 2020. ISSN 2526-043X. Disponível em: <https://revistavalore.emnuvens.com.br/valore/article/view/655>. Acesso em: 29 set. 2021.

MESQUITA, Driely Fernanda; SOARES, Mirelle Inácio. **Ergonomia na era do teletrabalho: impactos para a saúde e segurança do trabalho.** Especialização em Segurança do Trabalho. Fundação Educacional de Lavras, 2020. Disponível em: <http://dspace.unilavras.edu.br/handle/123456789/535>. Acesso em: 12 maio 2021.

NASCIMENTO, Grasielle Augusta Ferreira; CREADO, Raíssa Stegemann Rocha. O direito à desconexão no período de home office: análise dos impactos da quarentena pelo covid-19 na saúde do trabalhador. **Revista DIREITO UFMS**, v. 6, n. 1 p. 131 – 149, Campo Grande, MS, 2020.

PATTERSON, Pablo Fernandez. **O direito à desconexão: um panorama dos reflexos sociais contemporâneos do trabalho sem fim.** Dissertação de Mestrado. Universidade Católica de Salvador. Salvador, 2018. Disponível em: <http://ri.ucsal.br:8080/jspui/bitstream/prefix/493/1/DSSERTACAOPABLOPATTERSON.pdf>. Acesso em: 20 fev. 2021.

SANTOS, Boaventura de Sousa. **A cruel pedagogia do vírus**, Coimbra, Almedina, 2020.

SILVA, Guilherme Elias da. Da tentativa de proteção à saúde física à vulnerabilidade em saúde mental: o teletrabalho em tempo de Covid-19. **Revista Espaço Acadêmico**. Ano XX – ISSN 1519.6186. Fev/2021. Disponível em: <https://periodicos.uem.br/ojs/index.php/>

EspacoAcademico/article/view/57083. Acesso em: 12 maio 2021.

SONG, Younghwan, GAO; Jia. Does Telework Stress Employees Out? A Study on Working at Home and Subjective Well-Being for Wage/Salary Workers. *J Happiness Stud*, **Institute of labor economics**, 2020. Disponível em: <https://www.iza.org/publications/dp/11993/does-telework-stress-employees-out-a-study-on-working-at-home-and-subjective-well-being-for-wagesalary-workers#:~:text=Stress%20Employees%20Out%3F-,A%20Study%20on%20Working%20at%20Home%20and%20Subjective,Being%20for%20Wage%2FSalary%20Workers&text=In%20comparison%20with%20working%20in,the%20sample%20of%20weekends%2Fholidays>. Acesso em: 24 fev. 2021.

STANDING, Guy. **O precariado: a nova classe perigosa**. Belo Horizonte: Autêntica Editora, 2017.

TAKEDA, Fumi. **The relationship of job type to Burnout in social workers at social welfare offices**. *Journal Occup Health*, v.47, p. 119-125, 2005.

TASCHETTO, Maira; FROEHLICH, Cristiane. Teletrabalho sob a perspectiva profissional de recursos humanos no vale do sinos e paranhana no rio grande do sul. *Recape – Revista de Carreiras e Pessoas*, Vol. 9, nº 3, 2019. Disponível em: <https://revistas.pucsp.br/index.php/ReCaPe/article/view/39652>. Acesso em 22 fev. 2021.

TAVARES, Igor Antônio da Silva. Jornada de trabalho, direito à desconexão e dano existencial. *Revista LTr*, v. 80, n. 06, São Paulo, 2016.

Recebido em 08 de junho de 2022.

Aceito em 13 de setembro de 2022.