

E agora, o trabalho?

Uma curadoria do Instituto Trabalho

JORNADA DE TRABALHO: QUAL É A SUA, COMO DEVE SER, PARA QUE SERVE?

Já parou para pensar na importância da jornada de trabalho?

Mais que uma simples "característica" do trabalho, a jornada desempenha um papel fundamental na vida dos(as) trabalhadores(as). Ela não apenas afeta as condições de saúde e segurança no trabalho, mas também influenciando diretamente nossa satisfação e bem-estar. Em épocas passadas, por exemplo, quando o lucro ditava o ritmo do trabalho, jornadas excessivas e extenuantes eram a regra, resultando em riscos para a saúde dos trabalhadores e na falta de equilíbrio entre trabalho e lazer.

Nesse contexto, as regulamentações assumem um papel crucial, estabelecendo parâmetros normativos para proteger o trabalhador e proporcionar condições adequadas para um trabalho digno. Estabelecer limites para as horas trabalhadas não apenas previne o esgotamento e a exaustão mas também preserva a saúde física e mental dos trabalhadores, permitindo-lhes desfrutar de uma vida com tempo adequado para descanso e fruição da dignidade.

Por isso, o debate em torno da jornada de trabalho ideal ganha cada vez mais destaque. Atualmente, estão em pauta questões como a redução da jornada para quatro dias por semana, fundamentada em evidências que mostram os benefícios de uma jornada equilibrada tanto em termos de saúde e satisfação, quanto em relação à produtividade. Contudo, as transformações na sociedade também colocam desafios para esse tema, especialmente no que diz respeito ao surgimento de novos modelos de trabalho - como o trabalho remoto e os "empregadores de si mesmos" - e ao surgimento de reformas que resultam em perda de direitos já conquistados.

Como assegurar o equilíbrio entre a vida pessoal e o trabalho em um mundo cada vez mais interconectado e tecnológico, com novos modelos de trabalho que estendem o tempo e o espaço dedicados ao trabalho? Essa discussão é crucial para pensar no futuro do mundo do trabalho. E você, qual é a sua jornada e como ela impacta sua vida?

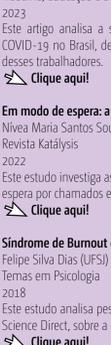
Para contribuir com esses e outros debates, selecionamos os melhores conteúdos sobre esse tema. Nesta edição da curadoria E agora, o trabalho? você terá acesso a uma variedade de recursos, incluindo livros, artigos, documentos técnicos, podcasts, filmes e muito mais. Convidamos você a se aprofundar nessa reflexão relevante e atual.

Boa leitura!

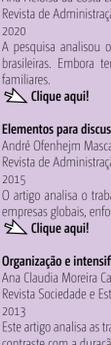
- Antonio Megale
- Fernanda Giorgi
- Giovanna Pietra
- João Victor Soares
- Meillane Villar
- Valéria Damasceno

Material para melhor visualização no computador e nos servidores Google Chrome e Internet Explorer

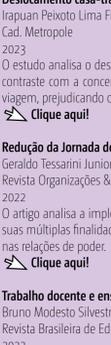
LIVROS



O futuro é a redução da jornada de trabalho
2022
Sadi Dal Rosso, Ana Claudia Moreira Cardoso, Cássio da Silva Calvete, José Dari Krein (Orgs.)
Editora Cirkula
Sob organização de grandes nomes do Direito do Trabalho, a obra reúne estudos sobre a redução da jornada de trabalho a partir de diversas perspectivas, tendo como horizonte a humanização da vida e o equilíbrio entre horas de trabalho e horas de descanso.
🔗 [Leia aqui!](#)



O artilheiro da flexibilidade: os trabalhadores e a teoria do valor
2017
Sadi Dal Rosso
Boitempo Editorial
Neste livro, o autor analisa, a partir da teoria do valor, a flexibilidade no contexto atual do mundo do trabalho, discutindo até que ponto ela representa uma medida favorável aos trabalhadores ou artilheiro que atende as necessidades do capital.
🔗 [Disponível para compra](#)



Os impactos do excesso da jornada de trabalho na saúde do trabalhador: flexibilização ou escravidão contemporânea?
2023
Susli Janaina Leite (UDF)
Editora Dialética
A autora analisa o impacto de grandes jornadas de trabalho na saúde do trabalhador, a partir da concepção do meio ambiente de trabalho seguro e adequado como direito fundamental.
🔗 [Disponível para compra](#)

ARTIGOS

Global, regional, and national burdens of ischemic heart disease and stroke attributable to exposure to long working hours for 194 countries, 2000–2016: A systematic analysis from the WHO/ILO Joint Estimates of the Work-related Burden of Disease and Injury
Frank Pega (OMS) e outros
Environment International
2021
Trata-se de uma análise sistemática das estimativas conjuntas da OMS/OIT sobre a carga de doenças e lesões relacionadas ao trabalho.
🔗 [Clique aqui!](#)

Supereexploração da força de trabalho na saúde em um contexto de pandemia de Covid-19 no Brasil
Antonio Ângelo Menezes Barreto (USP) e Aquilas Nogueira Mendes (USP)
Trabalho, Educação e Saúde
2023
Este artigo analisa a supereexploração da força de trabalho entre profissionais de saúde durante a pandemia de COVID-19 no Brasil, destacando longas jornadas, múltiplos empregos e suas implicações no bem-estar e segurança desses trabalhadores.
🔗 [Clique aqui!](#)

Em modo de espera: a condição de trabalho e vida uberrizada
Nivea Maria Santos Souto Maior (UFPE) e Viviane Vidigal (Unicamp)
Revista Katálysis
2022
Este estudo investiga as condições de trabalho na economia uberrizada, destacando como os trabalhadores viveriam a vivência por chamados e pelo reconhecimento de direitos, com foco nas implicações para a saúde.
🔗 [Clique aqui!](#)

Síndrome de Burnout em Trabalhadores do Setor Bancário: Uma Revisão de Literatura
Felipe Silva Dias (UFESJ) e Antonio Paulo Angélico (UFESJ)
Temas em Psicologia
2018
Este estudo analisa pesquisas, nos indexadores PUBMED, Scielo, LILACS, MEDLINE, PsycINFO, ISI Web of Knowledge e Science Direct, sobre a síndrome de Burnout em bancários, identificando prevalência e fatores associados.
🔗 [Clique aqui!](#)

Mulheres em home office durante a pandemia da COVID-19 e as configurações do conflito trabalho-família
Ana Heloísa da Costa Lemos (PUC-Rio), Alaine de Oliveira Barbosa (PUC-Rio) e Priscila Pinheiro Monzato (PUC-Rio)
Revista de Administração de Empresas
2020
A pesquisa analisou o impacto do home office durante a pandemia na relação trabalho-família de trabalhadoras brasileiras. Embora tenha havido sobrecarga de trabalho, algumas experimentaram uma melhora nas relações familiares.
🔗 [Clique aqui!](#)

Elementos para discussão da escravidão contemporânea como prática de gestão
André Ufenheim Mascarenhas (ZETESIS), Sylmara Lopes Gonçalves Dias (USP) e Rodrigo Martins Baptista (UAM)
Revista de Administração de Empresas
2015
O artigo analisa o trabalho escravo contemporâneo no Brasil, destacando suas conexões com práticas de gestão em empresas globais, enfatizando a responsabilidade social e as relações com a pobreza.
🔗 [Clique aqui!](#)

Organização e intensificação do tempo de trabalho
Ana Claudia Moreira Cardoso (DIEESE)
Revista Sociedade e Estado
2013
Este artigo analisa as transformações no tempo de trabalho, com foco na intensificação, muitas vezes negligenciada, em contraste com a duração e a flexibilidade.
🔗 [Clique aqui!](#)

Deslocamento casa-trabalho: o uso dos modais e do tempo na cidade de Fortaleza
Irapuan Peixoto Lima Filho (UFCE), Giovanna Freitas Rebouças (UFCE) e Sol Carolina Salgado (UFCE)
Cad. Metropole
2023
O estudo analisa o deslocamento casa-trabalho em Fortaleza, destacando a concentração de empregos no centro, em contraste com a concentração populacional nas áreas periféricas. Evidencia desigualdades no transporte e tempo de viagem, prejudicando os mais pobres.
🔗 [Clique aqui!](#)

Redução da Jornada de Trabalho como Instrumento Político, de Gestão e de Controle
Geraldo Tessarini Junior (USP) e Patricia Saltonato (UFSCar)
Revista Organizações & Sociedade
2022
O artigo analisa a implementação da jornada de trabalho reduzida em uma instituição de ensino brasileira, revelando suas múltiplas finalidades, incluindo política, gestão e controle sobre os trabalhadores, e destacando as complexidades nas relações de poder.
🔗 [Clique aqui!](#)

Trabalho docente e ensino remoto emergencial: extensão da jornada de trabalho e expropriação do tempo livre
Bruno Modesto Silvestre (UFPE), Carolina Barbosa Gomes Figueiredo Filho (Unicamp) e Dirceu Santos Silva (UFMS)
Revista Brasileira de Educação
2023
O estudo investigou o impacto do ensino remoto na jornada de trabalho e no tempo livre de professores na rede pública de educação de São Paulo durante a pandemia da COVID-19, apontando tendências de precarização e aumento da jornada de trabalho.
🔗 [Clique aqui!](#)

Trabalhando todo o tempo: sobrecarga e intensificação no trabalho de professoras da educação básica
Moacir Fernando Viegas (UNISC)
Educação e Pesquisa
2022
Este artigo explora a intensificação e sobrecarga de trabalho entre professoras da educação básica no Vale do Rio Pardo, RS, em 2018 e 2019, destacando o impacto nas condições de trabalho e saúde.
🔗 [Clique aqui!](#)

Trabalho docente, desigualdades de gênero e saúde em universidade pública
Katia Reis de Souza (Fiocruz) e outros
Ciência & Saúde Coletiva
2021
Este estudo examina o trabalho docente no ensino superior sob a perspectiva de gênero, políticas de avaliação e saúde, destacando conflitos entre trabalho e vida pessoal e a necessidade de políticas de igualdade de gênero.
🔗 [Clique aqui!](#)

Associação entre horas de trabalho e de descanso e o uso de substâncias psicoativas entre motoristas profissionais de caminhão
Rafaela Maria Figueiredo da Costa (UFRR), Ângela Maria Mendes Abreu (UFRR), Luciana Fernandes Portela (UFRR), Gunnar Glaucio de Cunto Carelli Taets (UFRR) e Rafael Tavares Jomar (INCA)
Jornal Brasileiro de Psiquiatria
2021
O estudo examina a associação entre horas diárias de trabalho e de descanso com o uso de substâncias psicoativas por motoristas de caminhão. Os autores apontam que a jornada de trabalho parece ser determinante para o uso dessas substâncias.
🔗 [Clique aqui!](#)

Supereexploração e desgaste precoce da força de trabalho: a saúde dos trabalhadores de confecção
Paulo Victor Rodrigues de Azevedo Lira (Fiocruz), Idé Gomes Dantas Gurgel (Fiocruz), Pedro Costa Cavalcanti de Albuquerque (Fiocruz) e Ângela Santana do Amaral (UFPE)
Trabalho, Educação e Saúde
2020
O estudo analisou a relação entre a supereexploração da força de trabalho e o desgaste em trabalhadores de fábricas no Polo de Confecções do Agreste Pernambucano, destacando a tendência ao esgotamento precoce.
🔗 [Clique aqui!](#)

A duração do trabalho e os três espíritos do capitalismo
Larissa Ximenes de Faria (UFPE), Juliana Teixeira Esteves (UFPE)
Revista Direito e Práxis
2019
O artigo aborda a história da duração do trabalho nas fases do capitalismo e a discussão sobre a jornada de trabalho na experiência brasileira.
🔗 [Clique aqui!](#)

Alocação do tempo entre os gêneros e o mercado de trabalho: uma análise entre casados e solteiros para o Brasil
Daniel de Abreu Pereira Uhr (UFPE), Regis Augusto Ely (UFPE), Renata Pereira Cardoso (PUCRS), Júlia Gallego Ziero Uhr (UFPE)
Nova Economia
2019
O artigo investiga as diferenças salariais e na alocação de tempo entre casados e solteiros no Brasil, com foco na distribuição de salários e tarefas domésticas de homens e mulheres.
🔗 [Clique aqui!](#)

Escravidão contemporânea e Toyotismo
Claudio Gurgel (UFF) e Maíara Marinho (UFF)
Organização e Sociedade
2019
Este artigo explora as conexões entre a gestão toyotista e elementos do trabalho escravo contemporâneo, destacando a tendência de retrocesso a padrões primitivos do capitalismo e desconsideração dos custos sociais.
🔗 [Clique aqui!](#)

Morte por exaustão no trabalho
Cândida da Costa (UFMA)
Caderno CRH
2017
Este artigo investiga a possibilidade de mortes por exaustão no trabalho no setor sucroalcooleiro de Ribeirão Preto, São Paulo. Analisando atestados de óbito e condições de trabalho, ele sugere que a morte por exaustão pode estar presente nesse setor.
🔗 [Clique aqui!](#)

Metas de produção para trabalhadores de corte florestal
Amarury Paulo de Souza (UFV), Ricardo Brandão Cabral Dutra (EMBRACO), Luciano José Minette (UFV), Felipe Leitão da Cunha Marzano (UFV), Stanley Schettino (UFV)
Revista Árvore
2015
O estudo estabeleceu metas de produção para o corte florestal com motosserra, considerando fatores ergonômicos para proteger a saúde dos trabalhadores, resultando em uma redução de 18% na produção para garantir a segurança.
🔗 [Clique aqui!](#)

A jornada exaustiva e a escravidão contemporânea
Maíara Oliveira Marinho (UFF) e Fernando de Oliveira Vieira (UFF)
Cadernos EBAPE.BR
2019
O artigo aborda a jornada exaustiva no contexto do trabalho análogo à escravidão, destacando como a intensificação e extensão do trabalho afetam os trabalhadores, resultando em desgaste físico e psicológico.
🔗 [Clique aqui!](#)

Tempo dedicado ao trabalho e tempo livre: os processos sócio-históricos de construção do tempo de trabalho
José Henrique de Faria (UFRR) e Cíntia Leticia Ramos (PETROBRÁS)
RAM Revista de Administração Mackenzie
2014
O ensaio explora como o tempo de trabalho transcende a jornada formal, tratando de categorias como tempo necessário, tempo de trabalho e tempo livre, revelando como o trabalho invade sutilmente o tempo do trabalhador.
🔗 [Clique aqui!](#)

Direitos trabalhistas em construção: as lutas pela jornada de oito horas em Pernambuco, 1890-1891
Marcelo Mac Cord (UFF)
Revista Tempo
2016
Este artigo explora a resistência dos trabalhadores pernambucanos no início do regime republicano, enfocando sua busca por educação, melhores condições de trabalho e uma jornada de oito horas.
🔗 [Clique aqui!](#)

MONOGRAFIAS, DISSERTAÇÕES E TESES

A Convenção nº 156 da OIT e a redução da jornada de trabalho de pais de crianças e adolescentes com necessidades especiais: as contribuições do MERCOSUL para o direito brasileiro
Aline Graziela Bald Webers (Unisinos)
Dissertação
A pesquisa analisa qual o impacto da ratificação da Convenção nº 156 da OIT para a garantia da redução da jornada de pais de crianças e adolescentes com necessidades especiais.
🔗 [Clique aqui!](#)

ARTIGOS DE OPINIÃO

Banco de horas: passado, presente e futuro
Antonio Fernando Megale Lopes
LBS Advogados e Advogadas
🔗 [Leia mais!](#)

A vida das mulheres em tempos de pandemia
Hildete Pereira de Melo
Fundação Friedrich Ebert-Stiftung
13 de abril de 2020
🔗 [Leia mais!](#)

28 de novembro de 1919: começa a valer a convenção da OIT sobre jornada de trabalho, com oito horas diárias e 48 horas semanais
"Há 103 anos, começava a valer a convenção da OIT sobre jornada de trabalho, com oito horas diárias e 48 horas semanais."
Igor Natusch
DMT em Debate
27 de novembro de 2022
🔗 [Leia mais!](#)

ENTREVISTA

'Jornada de trabalho sem começo nem fim e a vida reduzida a um bico. É isso que queremos?'
Entrevista com José Eymard Loguercio
Conduzida por Marco Weissheimer
Sul21
07 de agosto de 2017
🔗 [Leia mais!](#)

DOCUMENTOS TÉCNICOS

Working Time and Work-Life Balance Around the World
OIT
2022
🔗 [Leia mais!](#)

II Pesquisa Nacional sobre Home Office dos(as) Bancários(as)
Dileese
Estudos e Pesquisas Nº 105
15 de março de 2023
🔗 [Leia mais!](#)

Health and Safe Telework
OIT e OMS
2021
🔗 [Leia mais!](#)

Vida/Trabalho - OECD Better Life Index
OCDE
O "Índice para uma Vida Melhor" é uma ferramenta interativa criada pela OCDE que permite ver os indicadores de países para 11 atributos. Dentre estes, está o "vida/trabalho", que aponta informações sobre o equilíbrio entre o emprego e a vida cotidiana.
🔗 [Leia mais!](#)

PODCASTS

A jornada de trabalho em times distribuídos
Officeless talks
2019
Como pensar a jornada de trabalho no contexto do trabalho remoto? Como (e para quê) gerenciar as horas trabalhadas pelos funcionários? Afinal, a rotina no trabalho remoto é a mesma do trabalho presencial? Neste episódio, essas e outras perguntas são o centro da reflexão.
🔗 [Ouça aqui!](#)

DOCUMENTÁRIOS

Estou me guardando para quando o carnaval chegar
Marcelo Gomes
2019
"Na cidade de Tonitarna, considerada um centro ativo do capitalismo local, mais de 20 milhões de jeans são produzidos anualmente em fábricas caseiras. Orgulhosos de serem os próprios chefes, os proprietários destas fábricas trabalham sem parar em todas as épocas do ano, exceto o Carnaval: quando chega a semana de folga, eles vendem tudo que acumularam e partem para praias paradisíacas."
🔗 [Veja o trailer!](#)

Jornada ao Trabalho (Curta-Metragem)
Bruna Schelb Corrêa
2021
"Fala no filme a voz de um trabalhador que representa tantos outros brasileiros que tiveram suas jornadas de trabalho transformadas na jornada do herói. Entre o medo e a obrigação, o trabalhador se prepara para "ir à luta", que antes já apresentava muitos obstáculos. Emerge agora um outro: o vírus."
🔗 [Assista aqui!](#)

A Dupla Jornada
Helena Solberg
1975
"Filmad em fábricas no México e na Argentina, e em minas na Bolívia e Venezuela, A Dupla Jornada examina as condições da mão de obra feminina como força de trabalho na América Latina."
🔗 [Disponível no Amazon Prime Video!](#)

FILMES

Abraço
Deivison Fiuzza
2020
"Em 2008, professores sergipianos travam uma luta jurídica com o governo do estado para evitar a perda de direitos já conquistados. No meio desta luta, a professora Ana Rosa vive o desafio de ser mãe, mulher e dirigente sindical, mas a incompreensão de seu marido e a visão machista de sua própria mãe tornam a sua jornada ainda mais desafiadora."
🔗 [Veja o trailer!](#)

HOJE EM DIA

O experimento no Brasil da jornada de 4 dias de trabalho
"Neste episódio, Renata Capucci recebe Renata Rivetti, diretora da Reconnect Happiness At Work, empresa especializada em felicidade corporativa; e o Hilmar Júnior, analista de suporte da Vockan, que recentemente adotou a jornada de 4 dias de trabalho."
Fantástico
01 de outubro de 2023
🔗 [Leia mais!](#)

Grécia: nova lei do trabalho permite jornadas de 13 horas
"O governo conservador diz que se trata de "flexibilizar" e combater as horas de trabalho não declaradas. Os trabalhadores respondem que não querem "ser escravos modernos", que o pacote legislativo desprezita direitos fundamentais e abre a porta para muitos mais abusos."
Esquerda
25 de setembro de 2023
🔗 [Leia mais!](#)

Longas jornadas de trabalho podem aumentar as mortes por doenças cardíacas e derrames, de acordo com a OIT e a OMS
"O número de pessoas que trabalham longas jornadas em todo o mundo aumentou com o tempo, atingindo cerca de 479 milhões de trabalhadores e trabalhadoras, ou 9% da população mundial."
OIT
17 de maio de 2021
🔗 [Leia mais!](#)

Mulheres dedicam muito mais tempo ao trabalho doméstico, mas a diferença cai
IPEA
29 de novembro de 2018
🔗 [Leia mais!](#)

Teletrabalho passa a ter controle de jornada, explica advogado
"Especialista destaca que funcionário terá cumprir jornada nos períodos em que houver a prestação de serviços fora das dependências do empregador."
Migalhas
16 de outubro de 2022
🔗 [Leia mais!](#)

Qual a possibilidade de redução da jornada do servidor que tem filho ou dependente com deficiência?
Franciele da Silva, Jéssica Rodrigues, Pedro Henrique dos Santos, Sandiele dos Reis e Camilla Cândido
LBS Advogados e Advogadas
17 de novembro de 2020
🔗 [Leia mais!](#)

Os profissionais que ganham tardes de sexta-feira livres durante o verão
Biyari Lufkin
BBC Worklife
18 de julho de 2022
🔗 [Leia mais!](#)

Chile adota jornada menor de trabalho e descanso de três dias na semana
"Congresso aprovou a redução do trabalho semanal de 45 para 40 horas, além da possibilidade de trabalhar quatro dias e descansar três, ao contrário da legislação atual que exige um mínimo de cinco dias úteis"
CUT Brasil
12 de abril de 2023
🔗 [Leia mais!](#)

INSTITUTO TRABALHO
EDIFÍCIO ION - SGAN 601 LOTE H,
SAFAS 79 A 86
PISO ALFA 1 - TÉREO - ASA NORTE
CEP: 70830-010
(61) 3366-8100
E-MAIL: CONTATO@INSTITUTOTrabalho.ORG.BR

