

**UNIJUÍ - UNIVERSIDADE REGIONAL DO NOROESTE DO ESTADO DO RIO  
GRANDE DO SUL**

**JAMILE LORENZEN**

**DANO EXISTENCIAL: O EXCESSO DE JORNADA DE TRABALHO E A SAÚDE  
MENTAL DO TRABALHADOR**

Ijuí (RS)  
2015

JAMILE LORENZEN

**DANO EXISTENCIAL: O EXCESSO DE JORNADA DE TRABALHO E A SAÚDE MENTAL DO TRABALHADOR.**

Trabalho de Conclusão do Curso de Graduação em Direito objetivando a aprovação no componente curricular Trabalho de Conclusão de Curso - TCC.  
UNIJUÍ - Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul. DCJS – Departamento de Ciências Jurídicas e Sociais.

Orientador: MSc. Paulo Marcelo Scherer

Ijuí (RS)  
2015

*Dedico este trabalho aos meus pais, pelo incentivo, apoio e confiança em mim depositados.*

## **AGRADECIMENTOS**

Ao meu pai, Paulo, que jamais mediu esforços para me tornar um ser humano maduro, responsável, correto e que exige dedicação e competência naquilo que me proponho a fazer.

À minha mãe, Vani, pelo apoio incondicional e pelos abraços repletos de amor nos momentos de aflição perante os obstáculos do dia a dia.

Aos meus irmãos, Sonali e Adriano, que sempre estiveram presentes e me incentivam a enfrentar os desafios da vida.

Ao meu orientador, Paulo Marcelo Scherer, que me apresentou a disciplina do Direito do Trabalho e, com sua dedicação, me abriu horizontes rumo ao conhecimento e com quem eu tive o privilégio de conviver e contar com sua disponibilidade para a confecção do presente estudo.

*“A verdadeira viagem de descobrimento não consiste em procurar novas paisagens, mas em ter novos olhos.” Marcel Proust*

## **RESUMO**

O presente trabalho de conclusão de curso faz uma análise acerca do instituto do dano existencial no sistema jurídico brasileiro e a sua aplicação no âmbito das relações trabalhistas, perpassando pela sua origem, definição e identificação. Examina, especificamente, a lesão à vida cotidiana causada pelo excesso de jornada de trabalho a que muitas vezes é submetido o trabalhador e os transtornos que atingem a sua saúde mental ante a ausência de limitação do tempo de trabalho. Estuda o dano existencial como uma espécie autônoma de dano e distinta das demais, tais como dano moral, dano à intimidade, dano à saúde, dano à vida privada. Faz uma breve análise do ambiente saudável de trabalho, do excesso de jornada e finaliza demonstrando as consequências deste excesso de labor na saúde mental e, conseqüentemente, no cotidiano do trabalhador.

Palavras-Chave: Dano existencial. Excesso de jornada de trabalho. Saúde mental.

## **ABSTRACT**

The present final paper carries out an analysis concerning the institution of the existential damage in the Brazilian legal system and its application in the scope of the labor relations, pervading its origin, definition and identification. It examines specifically the damage to the everyday life caused by the excessive working hours to which many times the worker is submitted and the disorders that strike their mental health in view of the absence of limitation of the working time. It studies the existential damage as an autonomous sort of damage and distinct from the others, like moral damage, damage to health, damage to private life. It does a brief analysis of the healthy work environment, of the excessive working hours and it concludes by demonstrating the consequences of this excess of labor to mental health and, consequently, to the everyday life of the worker.

Keywords: Existential damage. Excessive working hours. Mental health.

## SUMÁRIO

INTRODUÇÃO .....	08
<b>1 DANO EXISTENCIAL .....</b>	<b>10</b>
1.1 Aspectos históricos da responsabilidade civil.....	11
1.2 Origem e conceito .....	13
1.3 Dano existencial comparado com outros tipos de dano.....	17
1.3.1 <i>Dano existencial e dano moral</i> .....	18
1.3.2 <i>Dano existencial e dano à vida privada</i> .....	19
1.3.3 <i>Dano existencial e dano à intimidade</i> .....	20
1.3.4 <i>Dano existencial e dano à saúde (biológico)</i> .....	20
<b>2 EXCESSO DE JORNADA DE TRABALHO E SAÚDE MENTAL DO TRABALHADOR .....</b>	<b>23</b>
2.1 Saúde no trabalho .....	25
2.2 Caracterização do excesso de jornada de trabalho .....	26
2.3 Transtornos psicológicos derivados do excesso de jornada de trabalho...29	
2.3.1 <i>Desgaste mental e/ou físico</i> .....	30
2.3.2 <i>Stress</i> .....	32
2.3.3 <i>Síndrome de bourn-out</i> .....	34
2.3.4 <i>Fadiga</i> .....	35
<b>3 ANÁLISE JURISPRUDENCIAL.....</b>	<b>37</b>
CONCLUSÃO .....	43
REFERÊNCIAS.....	45



## INTRODUÇÃO

Atualmente, a noção de dano moral representa um conceito demasiadamente amplo sendo aplicado às mais variadas espécies e prejuízos, haja vista que ainda há o entendimento de que “todo o dano que não é patrimonial, é moral”. Fala-se no Brasil de “indústria do dano moral” onde a capacidade criativa de algumas pessoas acabou gerando grande número de ações judiciais. Tamanhos são os abusos que se identificam em certas demandas frívolas que, obrigatoriamente, a jurisprudência e a doutrina acabaram criando justa resistência como forma de barreira capaz de frear a “inundação” de danos morais.

Assim, o presente estudo pretende buscar a conceituação do dano existencial como espécie de dano autônomo, bem como a identificação dessa espécie de dano nas relações trabalhistas, especificamente no que tange ao excesso de jornada e trabalho, fazendo com que o trabalhador consiga reconhecer a sua incidência como prejudicial a sua saúde mental e também possa, em um futuro pleito judicial, invocar parâmetros mais científicos e úteis para a caracterização dos alegados danos.

Para a realização deste trabalho foram efetuadas pesquisas bibliográficas e por meio eletrônico a fim de enriquecer a coleta de informações e permitir um aprofundamento no estudo.

Inicialmente, no primeiro capítulo, foi feita uma abordagem a respeito dos aspectos históricos da responsabilidade civil. Segue uma análise acerca da origem e do conceito do dano existencial e sua distinção perante as demais espécies de dano.

No segundo capítulo ocorre a análise do ambiente saudável de trabalho, bem como a definição de excesso de jornada, acompanhando o estudo detalhado das consequências da jornada excessiva na saúde mental do trabalhador, desde o simples stress até a síndrome de *burn-out* e como estas consequências atingem a esfera existencial do trabalhador.

Por fim, no terceiro capítulo há a análise de algumas decisões jurisprudenciais com intuito de demonstrar como o dano existencial já vem sendo reconhecido por grande parte dos magistrados e como estes magistrados o diferenciam das demais espécies de dano.

## 1 DANO EXISTENCIAL

As concepções quanto ao dano variam com o processo histórico evolutivo da sociedade. Não há dúvidas que o dano existencial brota como um aliado na proteção dos direitos individuais e garantias fundamentais do trabalhador, uma vez que a modificação prejudicial e involuntária do cotidiano da pessoa é uma espécie de dano que pode atingir proporções muito maiores que a de outros danos imateriais.

O dano existencial surge, então, para poder viabilizar a busca do equilíbrio entre a vida pessoal do trabalhador e o seu trabalho, pois, quanto maior for a ofensa a sua saúde no ambiente de trabalho, maior será o dano ao seu cotidiano e maior também será a ofensa ao seu sistema imunológico, ficando este cada vez mais vulnerável a doenças decorrentes do trabalho. Nesse sentido,

[...] toda pessoa tem o direito de não ser molestada por quem quer que seja, em qualquer aspecto da vida, seja físico, psíquico ou social. Submetido ao regramento social, o indivíduo tem o dever de respeitar e o direito de ser respeitado, porque ontologicamente livre, apenas sujeito às normas legais e de conduta. O ser humano tem o direito de programar o transcorrer da sua vida da melhor forma que lhe pareça, sem a interferência nociva de ninguém. Tem a pessoa o direito às suas expectativas, aos seus anseios, aos seus projetos, aos seus ideais, desde os mais singelos até os mais grandiosos: tem o direito a uma infância feliz, a constituir uma família, estudar e adquirir capacitação técnica, obter o seu sustento e o seu lazer, ter saúde física e mental, ler, praticar esporte, divertir-se, conviver com os amigos, praticar a sua crença e o seu culto, descansar na velhice, enfim, gozar a vida com dignidade no ambiente em que sua vida se manifesta rumo ao seu projeto de vida (ALMEIDA NETO, 2012, p. 33).

Feitas essas primeiras colocações, esclarece-se que o presente capítulo tem por objetivo analisar o tema historicamente, ou seja, a origem e o conceito de dano existencial e apresentar sua distinção entre as demais espécies de dano, em especial o dano moral, dano à vida privada, dano a intimidade e dano à saúde, a fim de possibilitar a posterior identificação e prevenção nas atuais relações de trabalho.

## 1.1 Aspectos históricos da responsabilidade civil

É sabido que com a evolução das máquinas e da economia capitalista, a partir da revolução industrial, evoluíram também os direitos e garantias fundamentais pertencentes ao trabalhador.

Essa evolução ocorreu porque, com a revolução industrial, houve imediata e excessiva valorização das máquinas em detrimento da valorização do homem, o que ocasionou a realização do trabalho em condições desumanas e episódios de doenças e mutilações. No que tange à valorização, a máquina era sempre colocada à frente do homem. Ressalta-se que,

[...] com a Revolução Industrial, as máquinas foram ingressando nas linhas de produção, o que ocasionou demissões em massa, sem contas as novas condições de trabalho impostas pelos empregadores. Aqueles que pretendessem continuar com seu emprego, em regra, teriam de se sujeitar a essas novas condições, quase sempre inferiores às que tinham, como o salário diminuído, carga horária inferior etc. Passaram-se a ter condições praticamente subumanas de trabalho, sem higiene nem segurança (ALMEIDA, 2014, p. 1168).

Assim, a medida que tais episódios foram sendo cada vez mais frequentes e atingindo um maior número de trabalhadores, os olhares partiram da direção das máquinas e voltaram-se à necessidade de proteção da pessoa, passando o Estado a regular e proteger as relações entre empregadores e empregados.

A evolução da responsabilidade civil é, então, resultado da reflexão a respeito da manutenção da integridade física da pessoa e da proteção dos interesses materiais e imateriais relativos ao ser humano e ao ambiente que o circunda. A partir dessa reflexão, passou-se a dar mais relevância para a capacidade das pessoas, ao meio ambiente em que vivem e suas potencialidades, transformando o bem-estar e a qualidade de vida em interesses de grande importância e merecedoras de proteção e valorização.

A expansão da responsabilidade civil ocorreu de duas formas: a primeira referente a proteção dos interesses jurídicos e a segunda referente a concessão de

indenização. Quanto a primeira, há a ideia do indivíduo como pessoa íntegra, digna, e detentor de direitos irrenunciáveis, os quais, quando afetados por algum ato lesivo, são passíveis, judicial ou extrajudicialmente, de responsabilização. Quanto à concessão de indenização, há um primeiro momento em que só se admitia indenização por dano patrimonial, um segundo momento em que a indenização era patrimonial, conjuntamente, com uma simbólica indenização extrapatrimonial e um terceiro momento, atual, onde a indenização, quando presentes os pressupostos de responsabilidade civil, abrange os interesses materiais e imateriais atingidos.

A proteção dos interesses jurídicos começou a ganhar formato a partir de movimentos pela defesa da dignidade, igualdade e liberdade do ser humano, ou seja, aqueles elementos considerados imprescindíveis à formação de uma vida digna e a preservação de interesses, e que foram denominados de “fundamentais” pelo direito. Já o dever de indenizar surgiu do resultado da diferença do patrimônio da vítima em momento anterior e posterior ao evento lesivo.

Destaca-se que durante quase toda a história da responsabilidade civil o único dano capaz de ensejar reparação era o dano material, também chamado de patrimonial, que aplicado às lesões ao patrimônio, possui conotação específica de pecúnia. Apenas nos últimos anos é que se passou também a indenizar o dano moral, o qual foi caracterizado, em primeiro momento, basicamente, como um “conceito guarda-chuva”, sob o qual se reuniam, todos aqueles danos que não fossem materiais, patrimoniais. Então, em relação aos danos passíveis de reparação, tinha-se dois tipos: os patrimoniais e os morais.

Entretanto, aos poucos foi surgindo um ponto negativo nessa ínfima classificação, o qual atribuiu ao magistrado, na hora do julgamento, uma grande discricionariedade ao reconhecer o tipo de dano afetado. Inclusive, havia uma dificuldade, por parte dos juízes, no momento de conceder um direito à indenização a uma pessoa que tinha passado por um sofrimento, mas que este sofrimento não configurava dano moral. Por esta razão, a doutrina mais crítica abandonou a classificação simplista da divisão dos danos e passou a fazer uso de uma versão mais articulada, dividindo os danos, ao invés de dois grandes grupos, em duas grandes áreas, chamadas de danos materiais e danos imateriais.

Para Flaviana Rampazzo Soares (2009, p. 27) “A tutela dos bens imateriais, para ser reconhecida, necessitou ultrapassar a barreira do conceito de ‘dano’, porque, até o momento em que se difundiu a teoria do interesse, a reparação civil de tais lesões dificilmente era reconhecida.” Ademais, haviam obstáculos a serem enfrentados no reconhecimento de danos imateriais, como a dificuldade na sua comprovação e a possibilidade de que os danos constituídos, por exemplo, pela “dor”, fossem passíveis de avaliação. Inclusive, haviam problemas na hora em que os danos imateriais fossem avaliados economicamente.

Referida classificação não se trata apenas de alterar a nomenclatura e sim de um novo enfoque, pois permite que se insiram subclassificações, capazes de auxiliar na identificação das espécies de danos que integram o gênero danos imateriais, cada um com seus requisitos e características próprios. A partir do exato enquadramento do dano, pode-se invocar parâmetros mais científicos e úteis para a caracterização ou descaracterização dos alegados danos. (SOARES, 2009).

Assim, com a ampliação da responsabilidade civil baseada na reparação material e imaterial e da proteção dos interesses jurídicos, a regra básica é indenizar a pessoa lesada da forma mais adequada e eficiente possível.

Nota-se, portanto, que a tendência mundial é a de aumento da proteção aos interesses imateriais da pessoa, não abrangendo apenas os danos morais propriamente ditos, mas todo e qualquer dano não patrimonial que seja juridicamente relevante ao livre desenvolvimento da personalidade, tal como é o direito à integridade física, à estética, as atividades realizadoras da pessoa que tornam plena a sua existência, etc. (SOARES, 2009, p. 39).

Portanto, passou-se a ter a ideia de que ao deparar-se com uma lesão ao bem jurídico alheio, o direito deve responder, de imediato e de forma eficiente, na busca de dirimir ou ao menos reduzir os malefícios dos danos decorrentes dos atos ilícitos.

## **1.2 Origem e conceito**

O dano existencial surge classificado como uma espécie do gênero dano imaterial. Possui origem na justiça italiana, com a prolação da sentença 184 de 1986, na qual foi reconhecida a existência de nova espécie de dano extrapatrimonial indenizável. Naquela época foi chamado de dano existencial ou biológico – naquele caso concreto falava-se em violação ao direito fundamental da saúde.

A esse respeito, leciona Amaro Alves de Almeida Neto (2012, p. 26):

Estavam convencidos de que uma lesão a qualquer direito fundamental da pessoa e não somente ao direito à saúde, afronta a dignidade do ser humano, devendo, por isso, ser objeto de ampla tutela e pronta indenização. Chegaram, então, à conclusão de que essa lesão - aos direitos da personalidade – configura um dano à existência da pessoa, o assim chamado dano existencial, que deve integrar a tipologia da responsabilidade civil, porque indispensável para a proteção e o respeito da tranquilidade existencial – ou dignidade – do ser humano.

Tempo depois, em meados do ano de 2000, a Corte de Cassação Italiana pronunciou a Sentença nº 7.713, de 07 de junho, reconhecendo o direito ao ressarcimento do dano existencial como uma espécie de dano imaterial, coroando, então, a evolução da proteção à dignidade da pessoa humana.

No Brasil, embora não encontre explícita previsão no ordenamento jurídico, o dano existencial é admitido tanto na Constituição Federal de 1988, nos artigos 1º, inciso III (dignidade da pessoa humana) , e artigo 5º, incisos V (direito de resposta, proporcional ao agravo, além da indenização por dano material, moral ou à imagem); e X (inviolabilidade da intimidade, da vida privada, da honra e da imagem das pessoas, assegurado o direito a indenização pelo dano material ou moral decorrente de sua violação), como no Código Civil:

Além da previsão constitucional, no novo Código Civil encontramos a autorização da reparabilidade do dano existencial nos mesmos permissivos que autorizam a reparabilidade do dano moral, quais sejam, o art. 12, caput: “Pode-se exigir que cesse a ameaça, ou a lesão, a direito da personalidade, e reclamar perda e danos sem prejuízo de outras sanções previstas em lei”; o art. 186: “Aquele que, por ação ou omissão voluntária, negligência ou imprudência, violar direito e causa dano a outrem, ainda que exclusivamente moral, comete ato ilícito”; o art. 927: “Aquele que, por ato ilícito, causar dano a outrem fica obrigado a repará-lo”; o art. 948: “No caso de

homicídio, a indenização consiste, sem excluir outras reparações [...] e o art. 949: “No caso de lesão ou outra ofensa à saúde, o ofensor indenizará o ofendido das despesas do tratamento e dos lucros cessantes até o fim da convalescença, além de algum outro prejuízo que o ofendido prove haver sofrido”. (ALMEIDA NETO, 2012, p. 33).

Aliás, não se tem um momento específico e definido do reconhecimento do dano existencial no Brasil. De outro lado, é posicionamento majoritário da doutrina que o termo “dano moral”, quando utilizado pelo legislador constituinte, deve ser empregado como sinônimo de “dano extrapatrimonial”, ou conforme a nova nomenclatura divisória, como “dano imaterial”. (NASCIMENTO, 2009).

Para Maria Emília Costa do Nascimento (2012, p. 44), “[...] a intenção do legislador foi proteger a pessoa com relação aos danos extrapatrimoniais, tutelando, assim, também o direito à indenização por dano existencial, uma vez que este é espécie do gênero ‘danos extrapatrimoniais’.”

A jurisprudência também caminha no sentido de concretizar a existência do dano existencial no ordenamento jurídico brasileiro. No ano de 2003, o Tribunal de Justiça do Rio Grande do Sul, em julgamento de embargos infringentes, o revisor, ao concordar com o voto do relator, faz a seguinte observação:

[...] Com relação ao dano moral, é importante salientar que a doutrina italiana faz diferença entre o dano moral e o que denomina de “dano existencial”. O dano existencial não tem a configuração que o nosso dano moral que exige, como elemento subjetivo para sua conformação jurídica, a “dor” ou o “sofrimento”. Seria, portanto, caso de dano existencial exatamente o que está a acontecer nestes autos: a injustificada retenção do bem como relevante prejuízo à normalidade da vida dos autores. Então, eu estaria acompanhando o eminente Relator com essas observações, adaptando, ao caso concreto, o que a doutrina italiana entende por *danno esistenziale*, que, repito, ocasiona uma alteração perniciosa na vida das pessoas que não importa necessariamente em “dor” ou “sofrimento [...]” (BRASIL, 2015).

Outro incontestável exemplo em que se reconhece o dano existencial como figura autônoma, foi a decisão proferida pelo Tribunal Regional do Trabalho da 4ª Região, em recurso ordinário interposto pela reclamante, objetivando a reforma da decisão de primeiro grau para condenar o empregador ao pagamento de



indenização por dano existencial. Alegava a reclamante de excesso de horas extraordinárias:

DANO EXISTENCIAL – JORNADA EXTRA EXCEDENTE DO LIMITE LEGAL TOLERÂNCIA – DIREITOS FUNDAMENTAIS – O dano existencial é uma espécie de dano imaterial, mediante o qual, no caso das relações de trabalho, o trabalhador sofre danos/limitações em relação à sua vida fora do ambiente de trabalho em razão de condutas ilícitas praticadas pelo tomador do trabalho. Havendo prestação habitual de trabalho em jornadas extras excedentes do limite legal relativo à quantidade de horas extras, resta configurado o dano à existência, dada a violação de direitos fundamentais do trabalho que integram decisão jurídico-objetiva adotada pela Constituição. Do princípio fundamental da dignidade da pessoa humana decorre o direito ao livre desenvolvimento da personalidade do trabalhador, nele integrado o direito ao desenvolvimento profissional, o que exige condições dignas de trabalho e observância dos direitos fundamentais também pelos empregadores [...] (NASCIMENTO, 2012, p. 46).

Assim, o dano existencial se conceitua como um dano que causa prejuízo não econômico ou patrimonial, trazendo frustração no projeto de vida do ser humano, uma vez que altera de forma significativa o cotidiano da pessoa, bem como suas relações familiares, sociais, culturais e afetivas. Para Soares (2009, p.44), o dano existencial é:

a lesão ao complexo de relações que auxiliam no desenvolvimento normal da personalidade do sujeito, abrangendo a ordem, pessoa ou a ordem social. É uma afetação negativa, total ou parcial, permanente ou temporária, seja a uma atividade, seja a um conjunto de atividades que a vítima do dano, normalmente, tinha como incorporado ao seu cotidiano e que, em razão do efeito lesivo, precisou modificar em sua forma de realização, ou mesmo suprimir de sua rotina.

No dizer de Bebber (2009), citado por Maria Emília Costa do Nascimento (2012, p. 42), por dano existencial “compreende-se toda lesão que compromete a liberdade de escolha e frustra o projeto de vida que a pessoa elaborou para a sua realização [...] Por projeto de vida entende-se o destino escolhido pela pessoa; o que decidiu fazer com sua vida.”

Para Ezequiel Morais (2012, p.84):

[...] Consubstancia-se em uma ação (intencional ou não intencional) que gera uma brusca mudança no dia a dia da pessoa humana, modificando, assim, a sua relação com a sociedade, com família, etc. Em outras palavras, o dano existencial constitui-se em um dano à existência da pessoa, de modo a não permitir ou não contribuir para que esta seja feliz, impossibilitando a execução de um projeto de vida no campo pessoal [...]

Referido autor cita como exemplo de impossibilidade de execução de projeto de vida a mulher que, em virtude de erro médico, é impedida de que ter filhos; *bullying* no ambiente de trabalho ou escolar; negação da concessão de férias ao empregado.

Amaro Alves (2012, p. 31) conceitua dano existencial

[...] como um prejuízo não econômico (irrelevante que o ofendido não aufera rendimentos), não patrimonial (eis que não tem por objetivo lesão de bens ou interesses patrimoniais) e de abrangência ilimitada, à medida que qualquer privação, qualquer lesão a atividades existenciais dos ofendido pode dar azo ao ressarcimento.

Por sua vez, em sentido mais específico, Rúbia Zanotelli de Alvarenga e Jorge Cavalcanti Bouchinhas Filho (2015, p. 2), conceituam o dano existencial, no âmbito do direito do trabalho, como o dano

Decorrente de conduta patronal que impossibilita o empregado de se relacionar e de conviver em sociedade por meio de atividades recreativas, afetivas, espirituais, culturais, esportivas, sociais e de descanso, que lhe trarão bem-estar físico e psíquico e, por consequência, felicidade; ou que o impede de executar, de prosseguir ou mesmo de recomeçar os seus projetos de vida, que serão, por sua vez, responsáveis pelo seu crescimento ou realização profissional, social e pessoal. [...] nos danos desse gênero o ofendido se vê privado do direito fundamental, constitucionalmente assegurado, de, respeitando o direito alheio, livre dispor de seu tempo fazendo ou deixando de fazer o que bem entender. Em última análise, ele se vê despojado de seu direito à liberdade e à sua dignidade humana.

Em suma, o dano existencial, é a ofensa física ou psíquica a uma pessoa que se substancia em uma dificuldade ou mesmo na impossibilidade do seu relacionamento com terceiros, o que causa uma alteração indireta na sua capacidade de obter uma vida plena em sociedade, bem como, na vida de relações.

### **1.3 Dano existencial comparado com outros tipos de danos**

Nota-se, portanto, que ao se deparar com o conceito acima exposto, é possível, de forma clara, destacar a diferença do dano existencial e os demais tipos de dano protegidos pelo sistema normativo brasileiro, como por exemplo, o dano moral, dano a vida privada, dano a intimidade e dano à saúde.

A distinção das espécies de dano se faz importante, uma vez que, para grande parte das pessoas, a noção de dano moral representa um conceito demasiadamente amplo sendo aplicado às mais variadas espécies e prejuízos. Ainda há o entendimento de que “todo o dano que não é patrimonial, é moral.” Isso acaba ocasionando uma grande quantidade de ações muitas vezes vazias de bases normativas e adequadas ao fato em que a doutrina e a jurisprudência acabaram tornando-se resistentes quanto ao seu julgamento.

Difícil barrar tais pleitos quando se tem dos danos morais apenas um conceito negativo: todo o dano que não é patrimonial. Quando, ao contrário, se identificam certas espécies de danos dentro do gênero danos imateriais, cada um deles com seus pressupostos e requisitos, estão se podem invocar parâmetros mais científicos e úteis para a caracterização ou descaracterização dos alegados danos. (SOARES, 2009).

Assim, no momento em que a pessoa consegue identificar a extensão do ato lesivo e o tipo de dano a ser reparado torna-se possível o apropriado enquadramento normativo, e, conseqüentemente, o adequado embasamento doutrinário e jurisprudencial na defesa do seu direito à reparação.

A classificação a seguir tem, então, o escopo de esclarecer as principais características de cada tipo de dano e auxiliar o indivíduo no seu reconhecimento e na propositura correta de eventual demanda judicial, uma vez que, embora todos estejam classificados como danos imateriais, cada um possui suas peculiaridades que os diferenciam.

#### **1.3.1 Dano existencial e dano moral**

Enquanto o dano existencial atinge nocivamente a vida cotidiana da pessoa, o dano moral é um dano subjetivo, que atinge negativamente o seu moral, o seu ânimo, ou seja, turba a esfera interior da pessoa e, por isso, é relacionado a sentimento, uma vez que causa angústia e sofrimento.

Para Soares (2009, p. 98),

o dano moral, propriamente dito, tem natureza extrapatrimonial e é subjetivo, porque atinge o moral da pessoa, vale dizer, afeta, negativamente, o seu ânimo (é o que se pode denominar de “prostração”, turbando a sua esfera interna, transitoriamente [...] Referida espécie de dano está relacionada ao sentimento (à esfera subjetiva e íntima da pessoa) [...] O dano moral não chega a ser uma enfermidade, diferentemente do dano psíquico (muito mais grave), sendo suficiente demonstrar para sua caracterização, por critérios presuntivos, a turbação mental e o sofrimento.

Amaro Alves de Almeida Neto (2012, p. 20), conceitua dano moral como “[...] a causação de um aborrecimento extremo, um desgosto profundo, uma contrariedade grave causada a uma pessoa em consequência de um ato culposo, positivo ou omissivo de terceiro. Assim, nada mais é do que a perturbação da psique do indivíduo [...]”

Inclusive, referido autor destaca que não há a possibilidade de enumerar os danos morais exaustivamente, uma vez que estão presentes nas mais diversas ocasiões da vida, “evidenciando-se na dor, na angústia, no sofrimento, na tristeza pela ausência de um ente querido falecido; no desprestígio, na desconsideração social, no descrédito à reputação, na humilhação pública, do devassamento da privacidade [...]” (ALMEIDA NETO, 2012, p. 20).

### **1.3.2 Dano existencial e dano à vida privada**

Por sua vez, dano existencial também se distingue do dano à vida privada

Conforme artigo 12 da Declaração Universal de Direitos Humanos de 1948 (Paris), “Ninguém será objeto de ingerências arbitrárias em sua vida privada, sua

família, seu domicílio ou sua correspondência, nem de ataques à sua honra ou à sua reputação”

Assim, a expressão “vida privada” tem nítido caráter de proteção às múltiplas relações que o indivíduo empreende para satisfazer suas necessidades e manifestações e pode ser conceituada, nas palavras de Soares (2009, p. 101), como “o conjunto de informações, relações, fatos, atos e todas as manifestações que não são tão relevantes, por si só, a outras pessoas ou à coletividade (exceto por mera curiosidade), que não tratam de questão de interesse público, que não sejam necessárias a administração da justiça [...]”

Ainda nas palavras de Soares (2012, p. 102): “Dano à vida privada é a ofensa ao direito que cada um tem de conduzir sua vida e garantir que esta condução ocorra em condições normais, vale dizer, sem fiscalização extraordinária, além daquela que, ordinariamente é admitida [...]” Assim, as espécies não se confundem, haja vista que pode ocorrer o acompanhamento não autorizado da vida de uma pessoa, entretanto tal acompanhamento pode não alterar sua rotina – requisito do dano existencial.

### **1.3.3 Dano existencial e dano à intimidade**

Importante destacar que, por existirem elementos distintos de personalidade, dano à vida privada e dano à intimidade não se confundem.

Enquanto a vida privada está associada à ideia de interação com terceiros, ou seja, uma espécie de ação recíproca, interpessoal (por exemplo, a vida em família, a vida afetiva, os momentos de lazer, as cerimônias, etc.), a intimidade é a “relação” da pessoa com ela mesma, no seu âmbito mais reservado. (SOARES, 2009, p. 102).

Assim, o dano à intimidade é aquele que comporta condutas de foro íntimo e pessoal e que somente diz respeito, única e exclusivamente à pessoa em si, não comportando interferência alheia. A diferença entre o dano à intimidade e o dano existencial é basicamente a mesma quanto ao dano à vida privada, ou seja, pois

pode ocorrer o acompanhamento não autorizado da vida íntima de uma pessoa, entretanto tal acompanhamento pode não alterar sua rotina.

#### **1.3.4 Dano existencial e dano à saúde (biológico)**

Por fim, mas não menos importante, faz-se necessária distinção de dano existencial e dano à saúde, uma vez que, não raro, ocorrem equívocos no momento de identificá-los. Embora ambos estejam relacionados a uma mudança na vida da vítima e sejam evidenciados por um lapso temporal posterior ao evento danoso de onde decorre a reparação, existem diferenças básicas entre referidos tipos de danos.

O dano à saúde, também conhecido como dano biológico ou dano corporal, conforme Soares (2009, p. 109), “supõe um prejuízo que pode atingir a pessoa em sua esfera física ou psíquica. Decorre da ofensa à integridade da pessoa, transitória ou permanente, total ou parcial, e pode apresentar consequências materiais e imateriais.”

Assim, enquanto o dano existencial atinge o cotidiano da pessoa de forma a modificar as tarefas que a pessoa fazia diariamente, o dano à saúde é caracterizado por uma lesão à integridade física ou psíquica da pessoa ofendida.

A lesão psíquica acarreta alterações negativas ao equilíbrio mental do ofendido, onde muitas vezes há necessidade de terapia medicamentosa para tentar reverter o desequilíbrio e manter a simetria e a estrutura corporal anterior ao episódio danoso.

Por sua vez, a lesão a integridade física divide-se em dois grupos: dano ao corpo que altera o equilíbrio corporal da estrutura física da pessoa ocasionando disfunções, ferimentos, desvios anatômicos, redução de alguma capacidade, etc.; e dano estético, que atinge a assimetria do corpo e modifica sua aparência (deformidade, marca, cicatriz, etc.). Em regra, os danos estéticos são derivados dos danos ao corpo.

Conforme Soares (2009, p. 111)

O dano biológico, por outro lado, não se confunde com o dano existencial. Em que pese ambos comportem os chamados “danos à pessoa”, o primeiro envolve as lesões que afetam a integridade psicofísica da pessoa, por si, enquanto o segundo atua sobre as atividades cotidianas da pessoa, representando as tarefas que a pessoa deixa de fazer, deve fazer ou, fundamentalmente, fará de uma maneira diversa daquela empreendida antes da lesão. Vale dizer: o dano biológico possui uma matriz médico-legal que o dano existencial, necessariamente, pode não ter. [...] o dano biológico é um tipo de lesão imaterial, caracterizado pela ofensa à saúde da pessoa, ou seja, prejudica o equilíbrio da pessoa na sua saúde, no seu corpo ou na sua mente. O dano existencial é a modificação prejudicial no cotidiano da pessoa que pode ter inúmeras causas. Pode ocorrer que o dano à saúde prejudique o cotidiano da pessoa, mas nesse caso, o que ocorre é a concomitância de danos: dano à saúde mais dano existencial, e não um dano existencial de natureza biológica.

Tem-se, portanto, que o dano existencial, objeto do presente estudo, consiste na alteração danosa do projeto de vida e do dia a dia do indivíduo, capaz de atingir a pessoa inibindo ou dificultando sua vivência no âmbito familiar, social e profissional, causando prejuízos subjetivos tão efetivos que afetam a sua própria existência e que são, em regra, irrecuperáveis.

A análise dos pontos que permeiam o dano existencial especialmente vinculada ao direito do trabalho e especificamente quanto ao excesso de jornada de trabalho e suas implicações na saúde mental do trabalhador é o objetivo do capítulo seguinte. Afinal, o tempo que o trabalhador coloca a disposição do empregador é seu tempo de vida e como tal merece ser destinado com qualidade. Caso contrário, quando o trabalhador dispõe seu tempo em excesso ao empregador, ele acaba alterando seus objetivos de vida e perdendo oportunidades básicas ao seu desenvolvimento.

## **2. O EXCESSO DE JORNADA DE TRABALHO E A SAÚDE MENTAL DO TRABALHADOR**

Para a análise do tema faz-se necessária abordagem prévia acerca do meio ambiente de trabalho, à luz do ordenamento jurídico brasileiro.

Como afirma Celso Antonio Pacheco Fiorillo, citado por Leila Maria de Souza Jardim, entende-se por meio ambiente de trabalho:

o local onde as pessoas desempenham suas atividades laborais, sejam remuneradas ou não, cujo equilíbrio está baseado na salubridade do meio e na ausência de agentes que comprometem a incolumidade físico-psíquica dos trabalhadores, independentemente da condição que ostentem (homens ou mulheres, maiores ou menores de idade, celetistas, servidores públicos, autônomos, etc.).

Nesse contexto, a Constituição Federal de 1988, em seu artigo 7º, incisos XXII e XXIII, estendeu seu entendimento no sentido de que os trabalhadores também têm direito a um ambiente saudável de trabalho e, com isso, busca prevenir acidentes ocupacionais e garantir ao trabalhador melhores condições de trabalho no que se refere à saúde, à segurança e à higiene. Vejamos:

Art. 7º. São direitos dos trabalhadores urbanos e rurais, além de outros que visem à melhoria de sua condição social:

[...]

XXII - redução dos riscos inerentes ao trabalho, por meio de normas de saúde, higiene e segurança;

XXIII - adicional de remuneração para as atividades penosas, insalubres ou perigosas, na forma da lei;

Por sua vez, o artigo 170, caput, inciso VI, da Carta Maior, corroborando com a norma anterior, dispõe que ordem econômica e o exercício da livre iniciativa devem ser fundados na defesa do meio ambiente e na valorização do trabalho humano, gerando a todos uma existência digna e relacionada a justiça social.



Outrossim, a Constituição em seus artigos 200 e 225, também deu enfoque especial para que o trabalhador tenha a proteção do Estado no que se refere ao seu ambiente de trabalho, uma vez que é neste ambiente que ele exerce sua atividade e que possui suas aptidões e aspirações:

Art. 200. Ao sistema único de saúde compete, além de outras atribuições, nos termos da lei:

[...]

VIII - colaborar na proteção do meio ambiente, nele compreendido o do trabalho.

Art. 225. Todos têm direito ao meio ambiente ecologicamente equilibrado, bem de uso comum do povo e essencial à sadia qualidade de vida, impondo-se ao Poder Público e à coletividade o dever de defendê-lo e preservá-lo para as presentes e futuras gerações.

Fica claro, portanto, a importância da Constituição Federal para a proteção do ambiente de trabalho do obreiro, uma vez que foi através dela que surgiram muitos dos direitos relacionados a defesa de melhores condições de trabalho. Para Marques, 2007, pg. 23):

...o legislador pretendeu chamar atenção, de todos nós, para os meios que interferem e implementam no cotidiano laboral, pois com o surgimento de novos equipamentos tecnológicos, máquinas e riscos ambientais (sem análise de gestão dos mesmos), põem-se em questão a qualidade e a organização do trabalho, e por consequência desgastes e tensões, manifestados por descompensações e alterações fisiológicas e psíquicas.

Complementando o entendimento de Marques, Leila Maria de Souza Jardim (2015, pg. 2) entende que

é indiscutível que a intenção do legislador aponta para a convergência de um ponto comum entre o direito ao meio ambiente ecologicamente equilibrado e os direitos trabalhistas, ao vislumbrar que as mesmas condutas lesivas ao trabalhador podem, do mesmo modo, causar danos ambientais em lugares diversos do ambiente de trabalho.

Nesse sentido, oportuno definir ambiente de trabalho saudável. Ambiente de trabalho saudável é aquele que, além de não oferecer perigo ao trabalhador, também é salubre, de modo a propiciar a execução das atividades laborais em

condições dignas e, conseqüentemente, diminuir o número de interrupções ocasionadas por acidentes e doenças ocupacionais, estas, exclusivamente, objeto do presente estudo e que adiante serão tratadas.

## **2.1 Saúde no trabalho**

Um assunto que merece destaque, pois diretamente ligado ao dano existencial, sem dúvida, diz respeito à saúde no trabalho. Isso porque a relação da saúde com o trabalho se fundamenta na preocupação com o surgimento de acidentes e doenças em decorrência do modo com que se realizam as atividades laborativas e na forma como o trabalho atinge a esfera pessoal do trabalhador.

Quanto maior a proteção de um ambiente de trabalho saudável, que conforme exposto anteriormente, é entendido como aquele que não ofenda a saúde do trabalhador, menor será o dano em seu cotidiano, em sua vida pessoal.

Destaca-se que o termo saúde quer dizer estado de normalidade de funcionamento do organismo humano e é determinada pelo ambiente físico, social e econômico a que o indivíduo está exposto e pelos seus hábitos de alimentação e comportamentos, que podem ser benéficos ou prejudiciais. Aqueles que convivem em ambientes com condições precárias de sobrevivência têm a sua saúde seriamente afetada.

Para atingir um estado de completo bem-estar físico, mental e social, os indivíduos e grupos devem saber identificar aspirações, satisfazer necessidades e modificar favoravelmente o ambiente natural, político e social. A saúde é, portanto, um conceito positivo, que enfatiza os recursos sociais e pessoais, bem como as capacidades físicas. (BUSS, 2010).

O termo saúde, genericamente, também significa corpo, alma e mente, pois o maior objetivo é revelar que sua esfera de aplicação e proteção atinge não só a higidez física, mas também pode alcançar a capacidade intelectual e psíquica da pessoa humana, o que será variável de pessoa para pessoa. (MARQUES, 2007).

Portanto, a preocupação com a saúde do trabalhador se justifica pelo fato de que, não raro, ocorrem situações em que ele é levado a aceitar riscos físicos e psíquicos em busca de remuneração mínima para manter sua própria sobrevivência e a sobrevivência de sua família.

O trabalho gasta energia humana para produzir outras energias, resultados e bens. O mínimo para um trabalhador é justamente a conservação da saúde para que tenha uma condição de vida digna, visando conservar o corpo e o desenvolvimento da faculdade de pensar, o que também é uma necessidade e o eleva acima de si mesmo. (MARQUES, 2007).

Assim, a valorização da saúde no trabalho se deve ao fato dessa ser essencialmente um direito fundamental do homem, haja vista ser um dos principais componentes da vida, indispensável para a existência humana e elementar à sua qualidade.

## **2.2 Caracterização de excesso de jornada de trabalho.**

O enfoque principal deste estudo pauta-se no dano existencial oriundo do excesso de jornada de trabalho, o que torna indispensável a definição de jornada de trabalho e a caracterização de quando esta é excedida.

A palavra “jornada” advém de um termo italiano *giorno* que traduzido para o nosso vernáculo significa “dia”, exprimindo a ideia de “dia de trabalho”. Entende-se, então, por jornada de trabalho o lapso temporal em que o empregado está à disposição do empregador, aguardando ou executando ordens, com constrangimento e limitações contratuais à sua liberdade pessoal. Em outras palavras, jornada de trabalho corresponde à medida de tempo diário em que o obreiro se disponibiliza ao seu empregador, restringindo a sua liberdade pessoal, conceito que foi amplamente recepcionado pela CLT em seu artigo 4º:

Art. 4º - 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.

Nesse sentido, conforme limitação imposta pela Constituição Federal de 1988, em seu artigo 7º, incisos XIII e XII, a jornada de trabalho não deve ser superior à 8 horas diária e 44 semanais para os trabalhadores urbanos e rurais, e de 6 horas para os obreiros que laboram em turnos ininterruptos de revezamento, salvo exceções como o banco de horas, as jornadas 12X36, dentre outras.

Para SANTOS (2012, pg. 2), objetivo do legislador ao limitar a jornada de trabalho do trabalhador é, justamente, lhe garantir tempo livre:

Limitar a jornada de trabalho é, indiretamente, garantir tempo livre para o ser humano. A Constituição possui diversas regras limitadoras da jornada de trabalho, tornando ainda mais explícita a intenção do legislador de garantir o direito humano fundamental ao lazer que deve ser respeitado pelo empregador. [...] A Constituição garante o direito ao lazer de forma indireta, em outras palavras, ela limita o tempo do trabalho para possibilitar o tempo livre.

Outrossim, nos termos dos artigos 66 e 71 da Consolidação das Leis do Trabalho, a jornada de trabalho, que, como visto, em regra é de 8 ou 6 horas, deve contemplar um intervalo intrajornada e um intervalo interjornada. Este definido como um intervalo entre uma jornada e outra de, no mínimo onze horas, para que o empregado dedique este tempo para a realização das atividades de seus interesses e para o seu deleite e descanso e aquele conceituado como o intervalo concedido dentro da mesma jornada, de uma à duas horas, para alimentação e higiene.

Ainda, conforme a CLT, as prorrogações de jornada normal do trabalho podem acontecer nas seguintes situações: a) mediante acordo escrito, por até duas horas; b) mediante acordo de compensação de horas; c) independentemente de acordo, em casos de interrupção ou paralisação do trabalho resultante de causas acidentais ou força maior que determine a impossibilidade de sua realização, mas necessita de autorização prévia do Ministério do trabalho; d) Independentemente de acordo, para atender a realização ou finalização de serviços inadiáveis, ou que possam causar prejuízo manifesto, devendo comunicar o fato ao órgão local do Ministério do Trabalho; e) Independentemente de acordo, em caso de força maior.

Assim, o excesso de jornada ocorre quando o empregador, sem observar as autorizações legais de prorrogações de jornada, submete o trabalhador a trabalhar

além da jornada normal de trabalho fixada pela Constituição, o que, além de comprometer diretamente o projeto de vida do obreiro, o faz abdicar, em prol do labor, o seu direito ao descanso, atingindo além do seu lazer, o seu convívio familiar.

Importante ressaltar que qualquer desrespeito aos limites impostos, seja pela Constituição Federal ou seja pela Consolidação das Leis do Trabalho, onde ocorra supressão dos intervalos referentes à intrajornada ou interjornada de trabalho, de modo com que obrigue o trabalhador a abdicar do seu direito à alimentação e ao descanso geram dano existencial. Isso por que os trabalhadores devem ter garantidos momentos de desconexão com sua atividade profissional, motivo pelo qual os empregadores necessitam respeitar as normas trabalhistas e, assim, garantir aos empregados momentos de descanso com a família e a possibilidade de se envolver em outras atividades que não sejam relacionadas ao trabalho, sob pena de serem responsabilizados pelos danos daí advindos.

Para SCHWARZ (2011, pg. 193)

[...] a limitação temporal do trabalho impõe-se por fundamentos de ordem biológica, econômica, social e cultura, com vistas à tutela da incolumidade física e psíquica, da saúde, do bem-estar e da vida moral, econômica, social e cultural do trabalhador, da sua liberdade individual e da economia em geral.

Referido autor entende que quando o trabalhador é exposto a longas horas de trabalho acaba sofrendo com a desagregação familiar e comunitária e com a deteriorização das suas condições de saúde física e psíquica.

[...] O organismo humano desgasta-se quando se põe em atividade. A fadiga, muscular e nervosa, instala-se insidiosamente no organismo humano quando desenvolve prolongada atividade. Se o organismo humano se entrega a uma atividade reiterada, sem ponderável solução de continuidade, ou seja, sem intervalos regulares ara repouso, a fadiga converte-se em fadiga crônica e imanente. Esta predispõe o indivíduo a doenças e o conduz à invalidez e à velhice precoce, abreviando seus expectativas de vida. [...] Muitos estudos demonstram que o rendimento do trabalhador diminui em proporções realmente alarmantes após a oitava hora diária de trabalho, e que os acidentes de trabalho aumentam em idênticas proporções quando há exposição à longas jornadas de trabalho (SCHWARZ, 2011, pg. 194).

Portanto, a justificativa em limitar a duração de trabalho é baseada à dignidade do homem trabalhador, que deve ter assegurado o seu direito fundamental à vida pessoal, familiar e social, distinta e independente da vida profissional, onde possa desenvolver seu intelecto, sua mente e seu físico. O trabalho deve ser desassociado o quanto possível da vida pessoal do trabalhador, protegendo assim a sua personalidade.

Igualmente, limitar a jornada de trabalho é uma forma de garantir ao trabalhador uma benesse em virtude da lucratividade do empregador, proporcionando mais tempo para sua vida pessoal, para sua família e para o lazer.

A seguir, serão abordados os maiores transtornos psicológicos que atingem a saúde mental do trabalhador que se submete à excessivas jornadas de trabalho sem descanso e que causa uma alteração danosa no modo de ser do indivíduo ou nas atividades por ele executadas, atingindo o seu projeto de vida pessoal.

### **2.3 Transtornos psicológicos derivados do excesso de jornada de trabalho.**

O indivíduo tem a necessidade existencial de se projetar para fora de si mesmo e assim encontrar seu próprio significado, de perseguir metas e de realizar seu projeto de vida, fazendo com que, diante de um leque de possibilidades que se apresentam no cotidiano, ele se veja obrigado a realizar escolhas.

Nas palavras de José A. Carvalho Teixeira, citado por Hidemberg Alves da Frota e Fernanda Leite Bião

O que caracteriza a existência individual é o ser que escolhe a si mesmo com autenticidade, construindo assim o seu destino, num processo dinâmico de vir-a-ser. O indivíduo é um ser consciente, capaz de fazer escolhas livres e intencionais, isto é, escolhas das quais resulta o sentido da sua existência. Ele faz-se a si próprio escolhendo-se e é uma combinação de realidades/capacidades e possibilidades/potencialidades, está “em aberto”, ou melhor, está em projeto. Esta é a maneira como ele escolhe estar-no-mundo, o que se permite ser através de sua liberdade.

Todavia, embora seja individual, o projeto de vida sofre o impacto de vários fatores externos que interferem no íntimo do pensamento humano e influenciam na escolha pessoal e na execução do projeto de vida. Como exemplo desses fatores externos pode-se citar os econômicos, psicológicos, sociais, políticos, educacionais e familiares.

No ambiente de trabalho não é diferente, uma vez que constantemente o trabalhador sofre a interferência do empregador quanto ao seu modo e forma de execução de suas atividades, o que não lhe permite fazer uso da sua faculdade de escolher o que melhor encaixa no seu projeto de vida. Além disso, o obreiro trabalha diariamente pressionado na busca de atingir metas - muitas vezes abusivas – e assombrado pela situação de concorrência perante seus colegas de trabalhos. Inclusive, há o medo pela demissão, caso não se submeta às interferências impostas, que se agrava nos períodos de desemprego.

Ademais, não raro emerge o sofrimento mental oriundo da oposição entre a esperança e o desejo de um projeto de vida e a realidade de já não poder fazer nenhuma modificação na sua tarefa profissional, no sentido de torná-la mais confortante conforme suas necessidades fisiológicas e desejos psicológicos.

“[...] o aumento da cadência, a aceleração dos tempos e a exigência de desempenhos produtivos de rendimento crescente conduzem a descompensações rápidas, que se desencadeiam como epidemias. O pessoal, basicamente feminino, descompensa em crises de choro, dos nervos e desmaios, que atingem, como uma doença contagiosa, toda uma seção de trabalho.” (DEJOURS, 1992, pg. 120).

Nesse sentido, o transtorno mental no ambiente de trabalho surge da supressão do projeto de vida do trabalhador ante a interferência abusiva do empregador na sua vida pessoal, fazendo com que o obreiro tenha que abdicar do tempo destinado ao lazer, ao convívio social e à família para cumprir jornadas excessivas de trabalho em prol dos objetivos da empresa.

### ***2.3.1 desgaste mental***

A palavra desgaste traz a noção de consumo pelo tempo, consumo pelo esforço, destruição, envelhecimento.

Logo, desgaste mental nada mais é do que um consumo descontrolado dos recursos e das capacidades mentais do cérebro que levam o indivíduo ao esgotamento em virtude de um estado recorrente de tensão no ambiente de trabalho.

Segundo Sergio Klepacz, psiquiatra do Hospital Samaritano de São Paulo, atualmente uma boa parte da população trabalha em frente a um computador em que se exige cada vez mais raciocínio acelerado, criatividade e resposta instantânea à solução dos problemas, que aliados ao cumprimento de prazos e obtenção de resultados levam o cérebro a exaustão. É muito fácil deixar o cérebro “cansado”. Inclusive, há situações em que se exige do obreiro que ele trabalhe com energia total por períodos muito longos, fazendo com que haja um excesso de liberação química para manter o corpo e a mente ativados, que logo se esgotam. Essa liberação química responsável pela ativação mental é composta por hormônios e neurotransmissores chamados de cortisol, que é um dos maiores encarregados pela preparação do organismo para os enfrentamentos dos obstáculos do cotidiano, e a noradrenalina, neurotransmissor incumbido de satisfazer a motivação e a atenção. Ainda, nas palavras do psiquiatra, em situações extremas de exigência mental “as consequências mais imediatas são a falta de atenção, dificuldade de memória, perda de concentração, pensamento mais lento, desânimo, alterações no sono e, é claro, cansaço – excessivo e crônico”. (2013, pg. 01)

Enfatiza-se que o esgotamento mental é, em muitas vezes, mais graves que o esgotamento físico e é potencializado quando ignorado, o que faz com que o cansaço se acumule e as consequências se agravem.

Como a química está atrelada ao sistema imunológico, as consequências podem ser fisicamente relevantes, com o aparecimento de quadros infecciosos que podem se agravar. O esgotamento pode levar ao aumento da suscetibilidade para doenças, como, por exemplo, as cardiovasculares (hipertensão) e as autoimunes, tensão muscular, dos lombar ou cervical e distúrbios do sono (BUENO, 2013, pg. 01).



Aliás, se não houver intervenção nos casos de desgaste mental o quadro pode agravar e o que antes parecia apenas ser um cansaço acabar acarretando o aparecimento de alterações de humor, stress, depressão e outras consequências para o cérebro a longo prazo, que serão a seguir comentadas.

### **2.3.2 stress**

Conforme o Dicionário Aurélio, “*stress*”, ou “*estresse*”, é um conjunto de reações do organismo a agressões de ordem física, psíquica, infecciosa e outras, capazes de perturbar a tendência à estabilidade interna do organismo do indivíduo. Ou seja, é uma reação natural do organismo humano perante uma situação de ameaça.

O stress está intimamente ligado às mudanças aceleradas e um dos fatores em que mais se observa a sua incidência é na esfera do trabalho, onde se exige cada vez mais competitividade, competência profissional e sobrevivência econômica. Além disso, os grandes avanços tecnológicos (automação e informatização) acarretaram imensas modificações na vida dos sujeitos da relação de trabalho. Dentre essas modificações destacam-se o excesso de vias de informações tais como jornais, e-mails, televisões, revistas, rádios, fax e a requisição mental causada por bipes, celulares, secretária eletrônica, internet, onde as pessoas se desconcentram dos seus afazeres em prol de responderem à reflexos cada vez mais rápidos.

[...]basta observar pessoas na praia em seus fins de semana, feriados, ou férias; quantas vezes elas se vêem em situações como: fica um pouco na linha – tenho outra ligação (pessoa no celular); eu tenho que chegar meu e-mail; mãe, seu fax está chegando; é hora de checar minha secretária eletrônica. Essas colocações do cotidiano demonstram que se está trabalhando mais e dispondo de tempo menor para lazer, artes, vida espiritual e família. É comum, quando se volta para casa, a checagem dos recados da secretária eletrônica, das ligações do celular, das mensagens de nosso e-mail. Logo, em razão do menor tempo para o lazer, as pessoas ficam mais

estressadas, pois o trabalho não acaba quando elas deixam o escritório (MARQUES, 2007, pg. 104).

Segundo a PhD em psicologia, Ana Maria Rossi, especialista em *stress*, citada por Christiani Marques (2007, pg. 105), os sintomas do *stress* podem aparecer em três níveis, a depender da frequência e intensidade: físico, emocional e comportamental e possui três estágios: 1º estágio: Psicossomático (perda de apetite e memória, ansiedade, cansaço e insônia, sabe-se que alguma coisa está errada, não há identificação); 2º estágio: Físico (o *stress* ocasiona distúrbio em algum órgão enfraquecido, problemas físicos começam, como palpitações, acidez e dificuldade de respirar); 3º estágio: Problemas Crônicos (doença cardíaca, úlcera, asma que causam mais *stress* e instala um círculo vicioso).

A pessoa estressada pode apresentar também dores de cabeça, dores musculares, problemas de estômago, hipertensão, problemas intestinais, ansiedade, depressão, angústia, falta de concentração, irritabilidade, entre outros. Ocorrem, também, mudanças comportamentais que levam a pessoa ao abuso de comida, uso de drogas, uso de medicamentos até mesmo disfunção sexual.

O ser humano moderno vive em sua casa, seu trabalho e a sociedade cultural à qual pertence, sujeito a causas exteriores do *stress*, denominadas de agentes estressores, que são, possivelmente, oriundas desses três ambientes. Os estressores mais frequentes são ameaça de desemprego; mudanças decorrentes de reestruturações e fusões de empresas; quantidade de informações e de problemas a serem resolvidos rapidamente; tomada de decisões; críticas negativas e falta de motivação ou reconhecimento; pressão hierárquica. Marques (2007, pg. 106)

Para Edith Seligmann-Silva, citada por Marques, o *stress* ligado a carga horária de trabalho é conceituado

como um conjunto de esforços desenvolvido para atender às exigências das tarefas. Esse conceito abrange os esforços físicos, os cognitivos e os psicoafetivos (emocionais). [...] As análises de trabalho realizadas pelos ergonomistas objetivam compatibilizar as cargas de trabalho à condição humana. [...] A carga quantitativa diz respeito ao volume de trabalho mental exigido dentro de determinada unidade de tempo; a carga qualitativa refere-se ao nível

de complexidade do trabalho e à possibilidade de aplicação, ao mesmo, dos interesses significativos, experiência e potenciais do trabalhador. (2007, pg. 108).

Outro fator que influencia diretamente o surgimento do *stress* laboral e que atinge todas as classes econômicas é o fenômeno do consumo, uma vez que, o ser humano extrapola na competição e na tentativa de ganhar e possuir mais para manter o seu poder aquisitivo para consumir cada vez mais. Não raro, há confusão de qualidade de vida com quantidade. Assim, aspectos importantes como a saúde e o bem estar individual são colocados em segundo plano na vida do ser humano.

### **2.3.3 síndrome de *burn-out***

Considerada como uma espécie de *stress* crônico, a síndrome de *burn-out* causa atitudes e condutas negativas por parte do obreiro, com relação aos clientes, à organização e ao trabalho.

A síndrome de *burn-out*, também chamada de Síndrome do Esgotamento Profissional, consiste na “desistência, pois o indivíduo deixa de investir em seu trabalho e nas relações afetivas que deste decorrem” Marques (2007, pg. 114).

Para o Ministério da Saúde, essa doença é definida na Resolução DC. n. 10 23.12.99

[...] é um tipo de resposta prolongada a estressores emocionais e interpessoais crônicos no trabalho. Tem sido descrita como resultante da vivência profissional em um contexto de relações sociais complexas, envolvendo a representação que a pessoa tem de si e dos outros. O trabalhador que antes era muito envolvido afetivamente com seus clientes, com seus pacientes ou com o trabalho em si, destaca-se e, em um dado momento, desiste, perde a energia ou se “queima” completamente. O trabalhador perde o sentido de sua relação com o trabalho, desinteressa-se e qualquer esforço lhe parece inútil.

Nesse sentido, *burn-out* é considerada um esgotamento manifestado na inadequação do homem à realidade do trabalho. É um estágio mais elevado do *stress* que causa além da sensação de estar acabado, incapacidade para trabalhar, sintomas que se agravam em situações de insegurança social e econômica.

Outros sintomas que compõem a síndrome de *burn-out* são a exaustão emocional (desgaste emocional e esvaziamento afetivo), diminuição de envolvimento pessoal no trabalho, diminuição da competência no trabalho, desinteresse, apatia, tristeza, depressão e inquietação.

### **2.3.4 Fadiga**

A fadiga é facilmente perceptível em curto espaço de tempo. Surge da necessidade de desempenhar uma função complexa e que exija atenção e atuação prática. Ela pode ser simples ou crônica.

Na primeira, são destacadas, monotonia, duração e intensidade do trabalho físico e mental, ambiente inadequado, doença e dor, comprometimento de alimentação; a segunda forma apresenta-se durante todo o tempo em que o indivíduo sem mantém acordado, é acompanhada de sensação de mal-estar, com manifestações de angústia, neuroses ou depressão. Ademais, a fadiga física traz, como consequência, a fadiga psíquica. Marques (2007, pg. 116).

Dentre os principais sintomas da fadiga, pode-se citar a sensação de cansado, sonolência e falta de vontade para trabalhar, dificuldade de raciocínio, redução da atenção e redução da capacidade física e psíquica.

A fadiga ataca o ser humano quando sua atividade é cansativa e desagradável, fazendo com quem ele tenha vontade de termina-la rapidamente. Inclusive, a ausência de motivação e desejo de continuidade, bem como desaparecimento de habilidades, que ocasionam perda de qualificação, criatividade e iniciativa;

Ademais, a fadiga está presente ainda em situação em que o local de trabalho é muito distante do local de moradia do indivíduo, situação agravada quando não existem meios de transporte suficientes ou providos de um mínimo de conforto.

Destaca-se, que a proteção a fadiga está disciplinada na Consolidação das Leis do Trabalho, onde o legislador, no capítulo pertinente a segurança e medicina do trabalho, limitou o trabalho exercido com peso e determinou medidas ergonômicas, como a colocação de assentos adequados (artigos 198 e 199).

A seguir, serão observadas avaliações dos tribunais brasileiros acerca do tema.

### 3 ANÁLISE JURISPRUDENCIAL

Após estudo do instituto do dano existencial, bem como da sua incidência nas relações trabalhistas principalmente no que tange ao excesso de jornada de jornada e suas consequências, passa-se a análise do que os Tribunais de Justiça têm decidido a respeito do tema, obviamente, sem o objetivo de esgotar o assunto, vez que o trabalho é de natureza subjetiva.

Primeiramente se faz oportuno mencionar que os julgados abaixo colacionados demonstram que os Tribunais Brasileiros admitem de forma unânime a aplicação do instituto do dano existencial nas relações trabalhistas. Assim, para uma melhor organização, viu-se a necessidade limitar a apreciação apenas à decisões específicas que relacionam o dano existencial com o excesso de jornada de trabalho, objeto do presente estudo.

Veja-se que a primeira decisão colacionada já abraça a ideia de dano existencial. Foi proferida pelo Tribunal Regional do Trabalho de 4º Região ante a interposição de recurso ordinário por parte da reclamante que pleiteava a reforma da decisão de 1º grau para condenação do empregador ao pagamento de indenização por dano existencial, devido ao excesso de horas extraordinárias:

DANO EXISTENCIAL. JORNADA EXTRA EXCEDENTE DO LIMITE LEGAL DE TOLERÂNCIA. DIREITOS FUNDAMENTAIS. O dano existencial é uma espécie de dano imaterial, mediante o qual, no caso das relações de trabalho, o trabalhador sofre danos/limitações em relação à sua vida fora do ambiente de trabalho em razão de condutas ilícitas praticadas pelo tomador do trabalho. Havendo a prestação habitual de trabalho em jornadas extras excedentes do limite legal relativo à quantidade de horas extras, resta configurado dano à existência, dada a violação de direitos fundamentais do trabalho que integram decisão jurídico-objetiva adotada pela Constituição. Do princípio fundamental da dignidade da pessoa humana decorre o direito ao livre desenvolvimento da personalidade do trabalhador, nele integrado o direito ao desenvolvimento

profissional, o que exige condições dignas de trabalho e observância dos direitos fundamentais também pelos empregadores (eficácia horizontal dos direitos fundamentais). Recurso provido. (0000105-14.2011.5.04.0241 RO. TRT/4ª Região. 1ª turma. Relator Desembargador José Felipe Ledur).

Nota-se, portanto, que o Tribunal Gaúcho deu provimento ao recurso, indenizando especificamente o dano à existência, conceituado, na decisão, como o dano que causa ao trabalhador limitações na sua vida fora do ambiente de trabalho. Seu entendimento foi baseado no fato de a dignidade humana da recorrente foi ferida, eis que comprovado que a obreira prestava habitualmente seu trabalho em jornadas extras excedentes, comprometendo o desenvolvimento da sua personalidade e seu desenvolvimento profissional<sup>1</sup>.

Outrossim, em processo diverso, o Tribunal Regional do Trabalho da 4ª Região, de igual modo, condenou a reclamada a indenizar a reclamante no valor de R\$ 24.700,00, a título de dano existencial, vejamos:

DANO EXISTENCIAL. JORNADA EXTRA EXCEDENTE DO LIMITE LEGAL DE TOLERÂNCIA. DIREITOS FUNDAMENTAIS. O dano existencial é uma espécie de dano imaterial, mediante o qual, no caso das relações de trabalho, o trabalhador sofre danos/limitações em relação à sua vida fora do ambiente de trabalho em razão de condutas ilícitas praticadas pelo tomador do trabalho. Havendo a prestação habitual de trabalho em jornadas extras excedentes do limite legal relativo à quantidade de horas extras, resta configurado dano à existência, dada a violação de direitos fundamentais do trabalho que integram decisão jurídico-objetiva adotada pela Constituição. Do princípio fundamental da dignidade da pessoa humana decorre o direito ao livre desenvolvimento da personalidade do trabalhador, nele integrado o direito ao desenvolvimento profissional, o que exige condições dignas de trabalho e observância

---

<sup>1</sup> <http://jus.com.br/artigos/27899/o-dano-existencial-no-direito-do-trabalho>

dos direitos fundamentais também pelos empregadores (eficácia horizontal dos direitos fundamentais). Recurso provido.<sup>2</sup>

Conforme se extrai do julgado, durante aproximadamente oito anos a reclamante foi submetida à jornadas de trabalho com duração entre 12 e 13 horas diárias, com intervalo de apenas 30 minutos e uma folga semanal. Todavia, em 1º grau a decisão foi no sentido de que a excessiva jornada de trabalho não gera por si só a responsabilidade de reparação por dano existencial. A defesa da trabalhadora interpôs recurso ordinário. Sustentou que houve prejuízo a saúde física e mental da empregada ao ser exigido o cumprimento de jornadas excessivas de trabalho, sem pagamento de horas extras. Além disso, alegou que a duração do trabalho contrariou previsão constitucional do direito ao lazer, ao convívio social com a família, à saúde e à dignidade, dentre outras garantias fundamentais.

A decisão dos desembargadores do TRT-RS foram ao encontro da defesa da reclamante. Entenderam que a jornada excessiva causou danos ao convívio familiar, à saúde e aos projetos de vida da empregada, gerando prejuízo a sua existência, o que gerou o provimento do recurso.

Todavia, por outro lado, conforme entendimento do Tribunal Superior do Trabalho, não é qualquer conduta isolada e de curta duração, por parte do empregador, que pode ser considerada como dano existencial. Para isso, a conduta deve perdurar no tempo e ser capaz de alterar o objetivo de vida do trabalhador, trazendo-lhe um prejuízo no âmbito de suas relações sociais. Assim, quando não comprovado, de forma cristalina, que houve prejuízos na sua vida cotidiana, o trabalhador não tem reconhecido o dano existencial.

RECURSO DE REVISTA. DANO EXISTENCIAL. PRESSUPOSTOS. SUJEIÇÃO DO EMPREGADO A JORNADA DE TRABALHO EXTENUANTE. JORNADAS ALTERNADAS 1. A doutrina, ainda em construção, tende a conceituar o dano existencial como o dano à realização do projeto de vida em prejuízo à vida de relações. O dano existencial, pois, não se identifica com o dano moral. 2. O Direito

---

<sup>2</sup> <http://s.conjur.com.br/dl/acordao-trt-rs-manda-walmart-indenizar.pdf>



brasileiro comporta uma visão mais ampla do dano existencial, na perspectiva do art. 186 do Código Civil, segundo o qual "aquele que por ação ou omissão voluntária, negligência ou imprudência, violar direito e causar dano a outrem, ainda que exclusivamente moral, comete ato ilícito" . A norma em apreço, além do dano moral, comporta reparabilidade de qualquer outro dano imaterial causado a outrem, inclusive o dano existencial, que pode ser causado pelo empregador ao empregado, na esfera do Direito do Trabalho, em caso de lesão de direito de que derive prejuízo demonstrado à vida de relações . 3. A sobrejornada habitual e excessiva, exigida pelo empregador, em tese, tipifica dano existencial, desde que em situações extremas em que haja demonstração inequívoca do comprometimento da vida de relação. 4. A condenação ao pagamento de indenização por dano existencial não subsiste, no entanto, se a jornada de labor exigida não era sistematicamente de 15 horas de trabalho diárias, mas, sim, alternada com jornada de seis horas diárias. Robustece tal convicção, no caso, a circunstância de resultar incontroverso que o contrato de trabalho mantido entre as partes perdurou por apenas nove meses. Não se afigura razoável, assim, que nesse curto período a conduta patronal comprometeu, de forma irreparável , a realização de um suposto projeto de vida em prejuízo à vida de relações do empregado . 5. Igualmente não se reconhece dano existencial se não há demonstração de que a jornada de trabalho exigida , de alguma forma , comprometeu irremediavelmente a vida de relações do empregado, aspecto sobremodo importante para tipificar e não banalizar, em casos de jornada excessiva, pois virtualmente pode consultar aos interesses do próprio empregado a dilatação habitual da jornada. Nem sempre é a empresa que exige o trabalho extraordinário. Em situações extremas, há trabalhadores compulsivos, ou seja, viciados em trabalho (workaholic), quer motivados pela alta competitividade, vaidade, ganância, necessidade de sobrevivência, quer motivados por alguma necessidade pessoal de provar algo a alguém ou a si mesmo. Indivíduos assim geralmente não conseguem desvincular-se do trabalho e , muitas vezes por iniciativa própria, deixam de lado filhos, pais, amigos e família em prol do labor . Daí a exigência de o empregado comprovar que o empregador exigiu-lhe labor excessivo

e de modo a afetar-lhe a vida de relações. 6 . Recurso de revista conhecido e provido.<sup>3</sup>

A ementa supramencionada trata de recurso de revista interposto pela parte reclamada ante a decisão regional de condenação por dano existencial. Argumentou a Corte, em suma, que o contrato de trabalho entre reclamante e reclamada perdurou apenas nove meses, o que, em seu entendimento, não seria tempo suficiente para comprometer de forma irreparável um suposto projeto de vida do trabalhador. Além disso, argumentou-se que no acórdão regional não há menção de comprometimento grave e irreparável da vida do empregado.

Nesse sentido, corrobora também a seguinte decisão:

RECURSO DE REVISTA. DANO MORAL. DANO EXISTENCIAL. SUBMISSÃO A JORNADA EXTENUANTE. PREJUÍZO NÃO COMPROVADO. O dano existencial é espécie de dano imaterial. No caso das relações de trabalho, o dano existencial ocorre quando o trabalhador sofre dano/limitações em relação à sua vida fora do ambiente de trabalho em razão de condutas ilícitas praticadas pelo empregador, impossibilitando-o de estabelecer a prática de um conjunto de atividades culturais, sociais, recreativas, esportivas, afetivas, familiares, etc., ou de desenvolver seus projetos de vida nos âmbitos profissional, social e pessoal. Não é qualquer conduta isolada e de curta duração, por parte do empregador, que pode ser considerada como dano existencial. Para isso, a conduta deve perdurar no tempo, sendo capaz de alterar o objetivo de vida do trabalhador, trazendo-lhe um prejuízo no âmbito de suas relações sociais. Na hipótese dos autos, embora conste que o Autor se submetia frequentemente a uma jornada de mais de 15 horas diárias, não ficou demonstrado que o Autor tenha deixado de realizar atividades em seu meio social ou tenha sido afastado do seu convívio familiar para estar à disposição do Empregador, de modo a caracterizar a ofensa aos seus direitos fundamentais. Diferentemente do entendimento do Regional, a ofensa não pode ser presumida, pois

---

<sup>3</sup> <http://tst.jusbrasil.com.br/jurisprudencia/178796529/recurso-de-revista-rr-1548020135040016>

o dano existencial, ao contrário do dano moral, não é "in re ipsa", de forma a se dispensar o Autor do ônus probatório da ofensa sofrida. Não houve demonstração cabal do prejuízo, logo o Regional não observou o disposto no art. 818 da CLT, na medida em que o Reclamante não comprovou o fato constitutivo do seu direito. Recurso de Revista conhecido e provido. <sup>4</sup>

A ementa acima transcrita também traduz o entendimento do TST de que para haver caracterização de dano existencial, a conduta, além de perdurar no tempo, deve ser capaz de alterar o objetivo de vida do trabalhador, trazendo-lhe um prejuízo no âmbito de suas relações sociais.

No entendimento do Tribunal, no caso em tela, mesmo que conste nos autos que a autora era submetida há jornadas frequentes de mais de 15 horas diárias, não houve demonstração de que ele deixou de realizar atividades em seu meio social ou tenha havido afastamento do seu convívio familiar para estar à disposição do empregador. O recurso interposto por parte da reclamada foi provido.

Logo, a partir da análise realizada, fica claro que, para haver a condenação por dano existencial, não basta apenas que o empregado se submeta a longas jornadas de trabalho.

Para os julgadores, além de haver a análise quanto à jornada de trabalho, deve haver um exame de um conjunto de fatores, como por exemplo, o tempo em que o empregado se submeteu à essa jornada e se houve concretos prejuízos ao seu projeto de vida e afastamento do convívio social e familiar oriundos do tempo que esteve à disposição do empregador.

Portanto, ao analisar um caso concreto, quando esses fatores, conjugados, forem positivos, no sentido de se estar presente o dano à existência, este prontamente deverá ser reconhecido, principalmente para que o empregado tenha a possibilidade de ser indenizado pelos prejuízos e danos irreparáveis sofridos ao longo da sua relação com o empregador.

---

<sup>4</sup> <http://tst.jusbrasil.com.br/jurisprudencia/182343323/recurso-de-revista-rr-14439420125150010>

## CONCLUSÃO

Através do estudo apresentado é possível tecer algumas considerações:

Os direitos da personalidade estão em crescente evolução e são o ponto de partida para o desenvolvimento da responsabilidade civil que leva a uma nítida valorização da pessoa humana e seus interesses imaterias.

A partir dessa valorização, há a necessidade de se proteger campos específicos da vida do indivíduo, uma vez que não se pode mais olhar o ser humano apenas em sua esfera particular, mas sobretudo como membro de uma coletividade e que com ela interage e convive.

O dano moral não pode mais ser tratado como um dano genérico e que abrange todo tipo de violação dos direitos dos imaterias, eis que há incidências de danos específicos para cada tipo de violação da personalidade, tal como o direito à integridade física, à estética, ao bem-estar.

Um exemplo de dano específico é o existencial. Uma espécie distinta e autônoma de dano imaterial. Compreendido como o dano que atinge o cotidiano do indivíduo, seja afastando-o do convívio com a sua família e sociedade, seja prejudicando seu projeto de vida. É um dano que surge da modificação involuntária da rotina, visivelmente na transformação prejudicial da sequência dinâmica de atos do dia a dia. É um “não poder fazer mais”.

Nesse sentido, o direito do trabalho exerce papel fundamental na defesa da violação do cotidiano do trabalhador e da proteção das suas relações interpessoais, eis que o trabalho é considerado uma das principais, senão a principal atividade do ser humano e não pode ser o responsável por ensejar prejuízos irreparáveis a sua existência.

Assim, o ordenamento jurídico trabalhista deve ser capaz de ter sensibilidade e permitir ao trabalhador, além de períodos razoáveis de descanso, a defesa dos seus interesses fora do ambiente de trabalho, de forma que o possibilite buscar o equilíbrio entre o seu trabalho e a sua vida pessoal.

## REFERÊNCIAS:

ALMEIDA, André Luiz Paes de. Direito do Trabalho. In **OAB 1ª Fase – Doutrina:** volume único. ed. São Paulo: Método, 2014

ALMEIDA NETO, Amaro Alves de. Dano Existencial – A Tutela da Dignidade da Pessoa Humana. In **Revista Síntese**. Direito civil e processual civil. v. 12, n. 80, nov./dez. ed. Síntese, 2012.

ALVARENGA, Rúbia Zanotelli de; BOUCHINHAS FILHO, Jorge Cavalcanti. **O Dano Existencial e o Direito do Trabalho**. Disponível em: <[http://www.lex.com.br/doutrina\\_24160224\\_O\\_DANO\\_EXISTENCIAL\\_E\\_O\\_DIREITO\\_DO\\_TRABALHO.aspx](http://www.lex.com.br/doutrina_24160224_O_DANO_EXISTENCIAL_E_O_DIREITO_DO_TRABALHO.aspx)> Acesso em: 5 Abr. 2015.

BIÃO, Fernanda Leite; FROTA, Hidemberg Alves da. A Dimensão Existencial da Pessoa Humana, o Dano Existencial e o Dano ao Projeto de Vida: Reflexões à Luz do Direito Comparado. In **Revista Síntese**. Direito civil e processual civil. v. 12, n. 80, nov./dez. ed. Síntese, 2012.

BRASIL, Thays. **O dano existencial aplicado ao direito do trabalho**. Disponível em: <<http://thaysbrasil.jusbrasil.com.br/artigos/160189540/o-dano-existencial-aplicado-ao-direito-do-trabalho>>. Acesso em: 22 Mar. 2015.

BRASIL, Constituição (1988). **Constituição da República Federativa do Brasil:** promulgada em 5 de outubro de 1988. Disponível em: <[http://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/constituicao/constituicao.htm](http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/constituicao/constituicao.htm)> Acesso em: 12 Abr. 2015.

\_\_\_\_\_. Tribunal de Justiça do Rio Grande do Sul. Jurisprudência. Disponível em: <[http://www.tjrs.jus.br/busca/?q=%22dano+existencial%22&tb=jurisnova&pesq=juris&partialfields=%28TipoDecisao%3Aac%25C3%25B3rd%25C3%25A3o%7CTipoDecisao%3Amonocr%25C3%25A1tica%29&requiredfields=&as\\_q=&ini=100](http://www.tjrs.jus.br/busca/?q=%22dano+existencial%22&tb=jurisnova&pesq=juris&partialfields=%28TipoDecisao%3Aac%25C3%25B3rd%25C3%25A3o%7CTipoDecisao%3Amonocr%25C3%25A1tica%29&requiredfields=&as_q=&ini=100)>. Acesso em 23 Mai. 2015

\_\_\_\_\_. Tribunal de Justiça do Rio Grande do Sul. Jurisprudência. Disponível em: <[http://www.tjrs.jus.br/busca/?q=%22dano+existencial%22&tb=jurisnova&pesq=juris&partialfields=%28TipoDecisao%3Aac%25C3%25B3rd%25C3%25A3o%7CTipoDecisao%3Amonocr%25C3%25A1tica%29&requiredfields=&as\\_q=&ini=100](http://www.tjrs.jus.br/busca/?q=%22dano+existencial%22&tb=jurisnova&pesq=juris&partialfields=%28TipoDecisao%3Aac%25C3%25B3rd%25C3%25A3o%7CTipoDecisao%3Amonocr%25C3%25A1tica%29&requiredfields=&as_q=&ini=100)>. Acesso em 23 Mai. 2015.

\_\_\_\_\_. Resolução DC n. 10, 23.12.99. Disponível em: <<http://www010.dataprev.gov.br/sislex/paginas/72/INSS-DC/1999/10.htm>> Acesso em 07 Out. 2015.

BUENO, Crhis. **Esgotamento mental não é frescura:** saiba como combater o problema. Disponível em: <<http://noticias.uol.com.br/saude/ultimas->

noticias/redacao/2013/05/31/esgotamento-mental-pode-causar-doencas-serias-avisam-medicos.htm> Acesso em: 12 Out. 2015.

BUSS, Paulo. **O conceito de promoção da saúde e os determinantes sociais.** Disponível em: <<https://www.bio.fiocruz.br/index.php/artigos/334-o-conceito-de-promocao-da-saude-e-os-determinantes-sociais>> Acesso em: 25 Out. 2015.

DEJOURS, Christophe. **A loucura do trabalho:** estudo de psicopatologia do trabalho. São Paulo: Cortez – Oboré, 1992.

JARDIM, Leila Maria de Souza. **Direito fundamental do trabalhador ao meio ambiente de trabalho saudável.** Disponível em:<<http://www.direitonet.com.br/artigos/exibir/8873/O-direito-fundamental-do-trabalhador-ao-meio-ambiente-de-trabalho-saudavel>> . Acesso em: 25 Set. 2015.

MARQUES, Christiani. **A proteção do trabalho penoso.** São Paulo: Ltr, 2007.

MORAIS, Ezequiel. **Brevíssimas Considerações sobre o Dano Existencial.** In Revista Síntese. Direito civil e processual civil. v. 12, n. 80, nov./dez. ed. Síntese, 2012.

NASCIMENTO, Emília Costa do. **Responsabilidade Civil por Dano Existencial.** In Revista Síntese. Direito civil e processual civil. v. 12, n. 80, nov./dez. ed. Síntese, 2012.

SANTOS, Rodrigo Maia. **O excesso de jornada como ofensa ao direito de lazer.** Disponível em: <<http://jus.com.br/artigos/21451/o-excesso-de-jornada-como-ofensa-ao-direito-ao-lazer/1>>. Acesso em: 29 Set. 2015.

SCHWARZ, Rodrigo Garcia. **Curso de iniciação ao direito do trabalho.** Rio de Janeiro. Elsevier, 2001.

SOARES, Flaviana Rampazzo. **Responsabilidade civil por dano existencial.** Porto Alegre: Livraria do Advogado, 2009.