



**RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR**  
**ISSN 2675-6218**

**DANO EXISTENCIAL POR JORNADA DE TRABALHO EXCESSIVA: POSICIONAMENTOS DOS TRIBUNAIS**

**EXISTENTIAL DAMAGE DUE TO EXCESSIVE WORKING HOURS: POSITIONS OF THE COURTS**

**DAÑO EXISTENCIAL POR EXCESO DE JORNADAS LABORALES: POSICIONES DE LOS TRIBUNALES**

Bruna Alves Gonçalves<sup>1</sup>

e5115897

<https://doi.org/10.47820/recima21.v5i11.5897>

PUBLICADO: 11/2024

**RESUMO**

Ao longo dos anos e até a presente data, as relações trabalhador e empregador foram pautadas pelo direito trabalhista, o qual tem como objetivo principal a regulação do ambiente laboral, e a garantia da fruição dos direitos dos membros dessas relações, sempre considerando o elo mais fraco da relação, o empregado. Atualmente, o que tem se tornado um assunto de grande abordagem nesse ambiente é a respeito dos danos causados ao trabalhador frente a uma jornada de trabalho excessiva, para tanto, este artigo aborda o conceito de dano existencial, bem como o decorrente da jornada de trabalho excessiva, enfatizando sua configuração e os posicionamentos dos tribunais sobre o tema. A análise destaca que o dano existencial é caracterizado pela violação do direito do trabalhador à liberdade pessoal, manifestando-se quando a imposição de jornadas excessivas restringe a capacidade de escolha em aspectos fundamentais da vida, como lazer e convivência social. A jurisprudência, especialmente decisões do Tribunal Regional do Trabalho, reforça que, embora a comprovação de prejuízos específicos possa agravar a indenização, não é um requisito para a configuração do dano. A discussão se amplia ao considerar que tanto trabalhadores com responsabilidades familiares quanto aqueles sem filhos enfrentam danos existenciais pela mera limitação de sua liberdade. Assim, a proteção dos direitos fundamentais do trabalhador é essencial para a promoção de condições laborais que respeitem a dignidade humana, contribuindo para um ambiente de trabalho mais justo e equilibrado.

**PALAVRAS-CHAVE:** Dano existencial. Direito do trabalho. Indenização. Dignidade da pessoa humana.

**ABSTRACT**

*Over the years and to this day, employee-employer relationships have been guided by labor law, the main objective of which is to regulate the work environment and ensure the enjoyment of the rights of the members of these relationships, always considering the weakest link in the relationship, the employee. Currently, what has become a subject of great discussion in this environment is the harm caused to the workers due to excessive working hours. To this end, this article addresses the concept of existential harm, as well as that resulting from excessive working hours, emphasizing its configuration and the positions of the courts on the subject. The analysis highlights that existential harm is characterized by the violation of the worker's right to personal freedom, manifesting itself when the imposition of excessive working hours restricts the capacity for choice in fundamental aspects of life, such as leisure and social interaction. Case law, especially decisions of the Regional Labor Court, reinforces that, although proof of specific losses may increase the compensation, it is not a requirement for the configuration of harm. The discussion is broadened when we consider that both workers with family responsibilities and those without children face existential harm due to the mere limitation of their freedom. Thus, the protection of workers' fundamental rights is essential to promote working conditions that respect human dignity, contributing to a fairer and more balanced work environment.*

**KEYWORDS:** Existential damage. Labor law. Compensation. Human dignity.

<sup>1</sup> Centro Universitário de Goiatuba (Unicerrado).



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

DANO EXISTENCIAL POR JORNADA DE TRABALHO EXCESSIVA: POSICIONAMENTOS DOS TRIBUNAIS  
Bruna Alves Gonçalves

### RESUMEN

*A lo largo de los años y hasta la actualidad, las relaciones entre trabajadores y empleadores se han guiado por la legislación laboral, la cual tiene como objetivo principal la regulación del ambiente de trabajo, y garantizar el goce de los derechos de los integrantes de estas relaciones, considerando siempre la eslabón más débil de la relación, el empleado. Actualmente lo que se ha convertido en un tema de gran atención en este medio es el daño causado a los trabajadores por exceso de jornada laboral, para ello este artículo aborda el concepto de daño existencial, así como el resultante del exceso de jornada laboral, enfatizando su configuración, y las posiciones de los tribunales sobre el tema. El análisis destaca que el daño existencial se caracteriza por la vulneración del derecho del trabajador a la libertad personal, manifestándose cuando la imposición de jornadas laborales excesivas restringe la capacidad de elegir en aspectos fundamentales de la vida, como el ocio y la convivencia social. La jurisprudencia, especialmente las decisiones del Tribunal Regional del Trabajo, refuerza que, si bien la prueba de pérdidas específicas puede agravar la indemnización, no es un requisito para que se produzca el daño. La discusión se amplía al considerar que tanto los trabajadores con responsabilidades familiares como los que no tienen hijos enfrentan un daño existencial por la mera limitación de su libertad. Por tanto, la protección de los derechos fundamentales de los trabajadores es esencial para la promoción de condiciones de trabajo que respeten la dignidad humana, contribuyendo a un entorno de trabajo más justo y equilibrado.*

**PALABRAS CLAVE:** Daño existencial. Derecho laboral. Indemnización. Dignidad humana.

### INTRODUÇÃO

Por muitos séculos, os direitos humanos foram alvo de intensas discussões globais, gerando uma reflexão contínua sobre sua definição, abrangência e aplicação prática. A premissa central gira em torno da garantia desses direitos, frequentemente restrita a indivíduos considerados "do lado certo da jogada". Essa exclusividade evidencia as disparidades sociais, que persistem mesmo após uma longa trajetória marcada por lutas, sofrimento e a posterior positivação dos direitos humanos em diversas legislações ao redor do mundo. Apesar dos avanços, a efetividade desses direitos ainda se revela insatisfatória em muitos contextos, devido a barreiras como o acesso desigual à justiça, estereótipos sociais, preconceitos enraizados e a falta de empatia entre os cidadãos. No Brasil, a Constituição Federal de 1988 se preocupou em incluir os direitos fundamentais em seu texto, estabelecendo a vedação ao retrocesso por meio das cláusulas pétreas, com o objetivo de assegurar a integração dos direitos humanos na vida cotidiana dos cidadãos.

O princípio da dignidade humana, consagrado na Constituição, serve como fundamento filosófico que orienta todas as relações jurídicas, garantindo não apenas a sobrevivência, mas também aspectos essenciais à qualidade de vida, como saúde, educação, segurança, família e lazer. O trabalhador, antes tratado como mera peça da máquina industrial, encontrou maior proteção com o advento do direito do trabalho, fruto das lutas históricas contra a exploração e o sofrimento. Nesse contexto, o princípio da proteção ao trabalhador emerge como pilar fundamental para equilibrar as relações laborais, reconhecendo-o como o elo mais vulnerável dessa dinâmica.

É necessário o estudo aprofundado desse tema, vez que, é totalmente relevante para os dias atuais, em que as jornadas de trabalho são longas e ainda que reguladas inúmeras vezes são desrespeitadas, o empregado nem sempre, mas ainda, é visto por muitos como uma engrenagem da indústria, as modalidades de danos extrapatrimoniais e materiais, dizem respeito aos danos de



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

DANO EXISTENCIAL POR JORNADA DE TRABALHO EXCESSIVA: POSICIONAMENTOS DOS TRIBUNAIS  
Bruna Alves Gonçalves

natureza patrimonial e moral, mas não englobam o chamado prejuízo de vida, a frustração de planos, convívio familiar, estudos, que indiretamente impactam cada vez mais na saúde do empregado, e conceituar e mapear a ocorrência e suas modalidades desse tipo de dano, contribuem para a evolução do reconhecimento desse evento danoso nas relações trabalhista do país, corroborando, para o respaldo positivo da proteção de cada vez mais direitos dos empregados.

Ainda que o as leis trabalhistas buscam promover certo equilíbrio e segurança às relações laborais no Brasil, protegendo o empregado contra abusos históricos cometidos pelos empregadores. Além de regulamentar jornadas excessivas e reconhecer danos materiais e morais, é essencial destacar a importância do dano existencial. Este tipo de dano refere-se à perda de perspectivas futuras e à frustração de projetos de vida, transcendente ao dano moral e patrimonial.

Para a configuração desse tipo de dano, é necessário observar o prejuízo ao projeto de vida e a vida de um projeto do indivíduos, toda sua frustração n perspectiva e no plano futuro de sua própria vida, no que tange ao dano existencial ocasionado pela excessividade da jornada de trabalho, para a ocorrência do dano a jornada de trabalho deve ultrapassar os limites razoáveis estabelecidos pela legislação; a comprovação da privação de atividades essenciais ao bem-estar, como lazer, convivência familiar e acesso à educação; e a relação direta entre essa carga excessiva e o comprometimento da dignidade do trabalhador.

Esse tipo de dano, resultante de jornadas excessivas, não apenas compromete a saúde e a segurança do indivíduo, mas também gera um impacto profundo na estrutura emocional e social do trabalhador, refletindo-se na sua capacidade de desenvolver um projeto de vida pleno. Assim, essa nova perspectiva exige uma reflexão crítica e aprofundada sobre a real proteção dos direitos trabalhistas em um contexto que valorize, de fato, a dignidade da pessoa humana.

### A TUTELA DA DIGNIDADE HUMANA

A dignidade humana teve seu surgimento a partir dos direitos humanos, com influência de grandes revoluções históricas, principalmente com a revolução francesa, que entre outras coisas pregava a liberdade, a igualdade e a fraternidade, além dela todos esses desdobramentos históricos, interligados ao contexto das Guerras Mundiais, desembocaram na elaboração da Declaração Universal dos Direitos Humanos, em 1948, pela Organização das Nações Unidas, que por sua vez, exerce uma influência duradoura nos direitos humanos de todo o mundo.

Em seu primeiro artigo, a Declaração Universal dos Direitos Humanos expõe que igualdade entre as pessoas humanas é primordial em relação à sua dignidade: “Art. 1º Todas as pessoas nascem livres e iguais em dignidade e direitos. São dotadas de razão e consciência e devem agir em relação umas às outras com espírito de fraternidade.”

Em consonância, sendo o Brasil um estado democrático de direitos, a Constituição brasileira de 1988, adotou em seu primeiro artigo a seguinte redação disciplina *in verbis*:



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

DANO EXISTENCIAL POR JORNADA DE TRABALHO EXCESSIVA: POSICIONAMENTOS DOS TRIBUNAIS  
Bruna Alves Gonçalves

Art. 1º A República Federativa do Brasil, formada pela união indissolúvel dos Estados e Municípios e do Distrito Federal, constitui-se em Estado Democrático de Direito e tem como fundamentos:

- I - a soberania;
- II - a cidadania;
- III - a dignidade da pessoa humana

Nota-se que em seu inciso III, foi atribuído a fundamento da Dignidade da pessoa humana, a partir daí a o princípio da dignidade humana nortearia todas as relações jurídicas, e serviria como base em todo o ordenamento jurídico brasileiro, mas o que significaria tal expressão, de acordo com Moraes (2011, p. 24): A dignidade é um valor espiritual e moral inerente a cada pessoa, que se expressa na capacidade de autodeterminação consciente e responsável da própria vida, exigindo respeito das demais pessoas. Ela representa um núcleo essencial que todo sistema jurídico deve proteger. Assim, limitações ao exercício dos direitos fundamentais só devem ocorrer em situações excepcionais e nunca devem diminuir o respeito e a consideração que todas as pessoas merecem enquanto seres humanos.

O conceito de dignidade humana é bem abrangente, remete à ideia de estima, valorização pessoal, é algo inerente, inalienável e irrenunciável, relacionado à existência do indivíduo com condições de uma vida digna. A dignidade humana abrange aspectos essenciais da condição humana.

Para Rabenhorst (2001, p. 12), o princípio da dignidade humana significa:

O termo 'dignidade' vem do latim dignitas, que designa tudo aquilo que merece respeito, consideração, mérito ou estima. A dignidade da pessoa humana é, acima de tudo, uma categoria moral; significa a qualidade ou valor particular que atribuímos aos seres humanos em função da posição que ocupam na escala dos seres.

A dignidade é atributo do que é insubstituível e incompatível, daquilo que, por possuir um valor absoluto, não tem preço.

A dignidade humana não se limita ao mínimo existencial nem se restringe à mera sobrevivência. Ela envolve a plena satisfação da existência humana. Nesse sentido, Nucci (2015, p. 33) argumenta que o princípio da dignidade da pessoa humana se apoia em dois pilares: o objetivo e o subjetivo. O pilar objetivo refere-se à garantia do mínimo existencial necessário para uma vida digna, enquanto o subjetivo abrange aspectos relacionados aos sentimentos e às características inerentes a cada indivíduo, os quais não podem ser renunciados.

Acima de tudo, o princípio da dignidade da pessoa humana deve ser aplicado a todos, sem exceção. Esse princípio é o fundamento dos direitos garantidos pela legislação brasileira, assegurando a proteção essencial para uma existência digna, independentemente de raça, etnia, cor ou local onde a pessoa esteja.

A dignidade humana no direito do trabalho é um princípio basilar que norteia as relações laborais, garantindo que o trabalhador seja tratado com respeito, justiça e equidade. Este conceito fundamental preconiza que o ser humano, em sua condição de trabalhador, deve ter sua integridade física, moral e psicológica preservada no ambiente profissional. Através da valorização da dignidade



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

DANO EXISTENCIAL POR JORNADA DE TRABALHO EXCESSIVA: POSICIONAMENTOS DOS TRIBUNAIS  
Bruna Alves Gonçalves

no trabalho, busca-se assegurar condições adequadas de emprego, remuneração justa, segurança no ambiente laboral e proteção contra quaisquer formas de exploração ou violação de direitos.

A dignidade da pessoa humana abrange também o conceito de lazer e descanso, pois se trata na verdade de uma questão de saúde pública, nesse contexto de descanso e na seara do lazer, Martins (2008 p. 33) aborda que em um momento em que o desemprego assusta todos os brasileiros, a luta pelo direito ao lazer fica restrita às universidades e legislaturas. Esperava-se que a tecnologia daria aos trabalhadores mais tempo livre, com máquinas fazendo o trabalho e pessoas com jornadas menores para se dedicarem a atividades culturais, sociais e políticas. No entanto, isso tem levado a mais trabalho, sem limites claros entre lazer e trabalho, jornadas desordenadas e falta de privacidade. O direito ao lazer de uma pessoa deve equilibrar-se com o direito ao trabalho de todos na sociedade.

Para Monteiro, (2011 p.150), no âmbito trabalhista a dignidade é colocada em prática nas relações de emprego, onde os direitos e deveres são aplicados, principalmente com o intuito de evitar a prática laboral abusiva, evitar que o trabalhador seja tratado de forma indigna, conferindo proteção contra ações e práticas abusivas adotadas pelos empregadores.

Dessa forma, ao priorizar a dignidade da pessoa humana no direito do trabalho, promove-se não apenas a justiça social, mas também o desenvolvimento de relações laborais mais humanizadas, éticas e responsáveis.

A dignidade da pessoa humana é um alicerce essencial no direito do trabalho, pois reconhece e valoriza cada trabalhador como ser único e valioso. Ela é crucial porque garante que todos sejam tratados com respeito e justiça, não importando sua posição ou função. Esse princípio assegura que as condições de trabalho sejam justas e seguras, que os trabalhadores recebam uma remuneração adequada e sejam protegidos contra práticas abusivas e desumanas, como a escravidão moderna. Além disso, a dignidade no trabalho promove a igualdade de oportunidades, evita discriminações e respeita os direitos humanos, criando um ambiente de trabalho saudável e produtivo.

### TIPOS DE DANO

O ordenamento jurídico brasileiro prevê diversos tipos de danos que podem ser causados a terceiros, abrangendo tanto prejuízos materiais quanto extrapatrimoniais. A estruturação desses tipos de dano é fundamental para a responsabilização civil e a compensação adequada da vítima. Em síntese, os danos são divididos em patrimoniais (ou materiais) e extrapatrimoniais (ou morais), com subcategorias que detalham as especificidades de cada caso.

#### Danos Patrimoniais

Os danos patrimoniais são aqueles que causam perdas objetivas e mensuráveis economicamente. Em outras palavras, referem-se a prejuízos materiais que podem ser calculados



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

DANO EXISTENCIAL POR JORNADA DE TRABALHO EXCESSIVA: POSICIONAMENTOS DOS TRIBUNAIS  
Bruna Alves Gonçalves

em termos financeiros, seja pela perda de bens tangíveis, seja pela privação de benefícios econômicos que a vítima poderia ter auferido.

Para Tartuce (2023, p. 338), os danos materiais ou patrimoniais constituem prejuízos ou perdas que atingem o patrimônio corpóreo de uma pessoa natural, pessoa jurídica ou até mesmo um ente despersonalizado.”

Como demonstrado acima, os danos materiais ou patrimoniais referem-se a prejuízos que afetam os bens físicos ou financeiros de uma pessoa, seja ela uma pessoa física (natural), uma empresa (jurídica) ou até mesmo uma entidade que não possui personalidade jurídica própria (ente despersonalizado). Esses danos podem incluir perdas econômicas, destruição de bens ou qualquer outra forma de prejuízo que impacte diretamente o patrimônio tangível dessa entidade.

Dano Emergente: O dano emergente corresponde ao prejuízo direto e imediato que a vítima sofre em seu patrimônio, como as despesas que são necessárias para a reparação do dano.

Segundo Tartuce (2023, p. 343),

os danos emergentes visam à recomposição patrimonial da vítima, pelos prejuízos que efetivamente sofreu e que com maior facilidade pode demonstrar[...] [...] há os lucros cessantes ou danos negativos, valores que o prejudicado deixa de receber, de auferir, ou seja, uma frustração de lucro, o que razoavelmente se deixou de lucrar.

Logo, os danos emergentes são destinados a restaurar o patrimônio da vítima pelos prejuízos concretos que ela sofreu e que podem ser comprovados de forma mais clara. Já os lucros cessantes, também chamados de danos negativos, referem-se aos valores que a pessoa prejudicada deixou de ganhar devido ao ocorrido, ou seja, o lucro que, de forma razoável, ela teria obtido, mas não conseguiu por conta do prejuízo.

Lucro Cessante: O lucro cessante corresponde aos ganhos que a vítima deixou de obter em razão do dano. Tartuce explica que "o lucro cessante diz respeito ao benefício que a vítima razoavelmente teria auferido, não fosse o ato lesivo" (Tartuce, 2023, p. 292). Voltando ao exemplo do veículo danificado, se o veículo fosse utilizado para fins comerciais, a perda de receita durante o período de reparo seria classificada como lucro cessante.

Perda de uma Chance: Trata-se de uma categoria autônoma de dano patrimonial, destinada a compensar a vítima pela frustração de uma oportunidade real e concreta de obter um benefício. Gonçalves (2018, p. 258), descreve a perda de uma chance como "a frustração de uma oportunidade certa e provável de um benefício, cuja chance é suficientemente séria para justificar a reparação"

Na concepção de Noronha (2003), a indenização pela perda de uma chance ocorre quando há uma chance real de obter um benefício ou evitar um prejuízo, frustrada por uma ação injusta do ofensor. Diferencia-se do dano final, que é incerto e hipotético.

A doutrina e a jurisprudência reconhecem que esse tipo de dano não se refere ao resultado final esperado, mas à perda da própria possibilidade de concretizar um ganho.



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

DANO EXISTENCIAL POR JORNADA DE TRABALHO EXCESSIVA: POSICIONAMENTOS DOS TRIBUNAIS  
Bruna Alves Gonçalves

### Danos Extrapatrimoniais

Diferentes dos danos patrimoniais, os danos extrapatrimoniais referem-se à lesão de direitos subjetivos e imateriais, como a honra, a dignidade e a integridade psicológica da pessoa. Esses danos buscam reparar o abalo moral e subjetivo sofrido pela vítima e, segundo Carlos Roberto Gonçalves (2019, p. 333)., “os danos extrapatrimoniais são lesões a direitos da personalidade, afetando a dignidade e o equilíbrio emocional do indivíduo”

Dano Moral: O dano moral envolve a ofensa à dignidade e aos valores subjetivos do indivíduo, manifestando-se através do sofrimento psicológico, da humilhação ou da aflição emocional. Para Andreia Pereira Freitas (2017, p. 21), o dano Moral geralmente, é concebido pela doutrina nacional como os resultantes de lesões que afetem a honra subjetiva ou objetiva do ser humano, por isso é considerado uma espécie de dano extrapatrimonial.

Este, por sua vez, corresponde a lesão aos direitos da personalidade, que afeta a esfera íntima e subjetiva do indivíduo, causando dor, sofrimento, humilhação ou qualquer outro abalo psíquico. Ao contrário do dano material, o dano moral não é quantificável em termos de perda patrimonial, mas sim em termos de ofensa à dignidade humana. Por exemplo, uma ofensa verbal que cause constrangimento ou humilhação pode ser caracterizada como dano moral. A reparação do dano moral visa compensar o sofrimento da vítima e, ao mesmo tempo, punir o ofensor, funcionando também como medida educativa.

De acordo com Gonçalves (2007, p 645),

Dano moral não é a dor, a angústia, o desgosto, a aflição espiritual, a humilhação, o complexo que sofre a vítima do evento danoso, pois esses estados de espírito constituem consequência do dano. A dor que experimentam os pais pela morte violenta do filho, o padecimento ou complexo de que suporta um dano estético ou a humilhação de quem foi publicamente injuriado são estados de espírito contingentes e variáveis em cada caso, já que cada pessoa sente a seu modo. O Direito não repara qualquer padecimento, dor ou aflição, mas aqueles que forem decorrentes da privação de um bem jurídico sobre o qual a vítima teria interesse reconhecido juridicamente.

Para o autor, o dano moral não se limita às experiências emocionais negativas, como dor, angústia ou humilhação, que podem surgir após um evento danoso. Em vez disso, essas emoções são consequências do dano, que resulta da privação de um bem jurídico de interesse da vítima, reconhecido pelo Direito. Logo, o foco do dano moral está na lesão a direitos que a vítima possuía, e não nas reações subjetivas e variáveis que cada indivíduo pode ter diante de uma situação adversa. Assim, o Direito busca reparar a violação de direitos, e não as experiências emocionais que dela decorrem.

Dano Estético: O dano estético é uma subcategoria do dano moral e envolve qualquer lesão que afete a aparência física da pessoa, causando deformações, cicatrizes ou outros traumas visuais que possam gerar constrangimento. Esse tipo de dano está contemplado no Código Civil (art. 944) e na Constituição Federal (art. 5º, incisos V e X). Para Wilson Melo da Silva (1962, p 58), no direito civil, o dano estético não se limita apenas a mutilações. Ele também inclui outras deformidades,



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

DANO EXISTENCIAL POR JORNADA DE TRABALHO EXCESSIVA: POSICIONAMENTOS DOS TRIBUNAIS  
Bruna Alves Gonçalves

marcas ou defeitos, mesmo que pequenos, que de alguma forma causem uma alteração negativa na aparência da vítima. Esses danos podem ser considerados um "enfeimento" ou até mesmo uma lesão simples, desde que afetem a imagem da pessoa. No direito brasileiro, o dano estético é a lesão que causa uma alteração na aparência física de uma pessoa, como cicatrizes, deformidades ou mutilações, que afetam sua imagem e podem gerar constrangimento ou sofrimento. Não é necessário que a deformidade seja grave; mesmo mudanças menores na aparência que causem impacto negativo podem ser consideradas dano estético.

Ao tratar de diferentes tipos de danos no âmbito do direito civil, é importante distinguir o dano estético, que vai além da simples mutilação ou perda de uma parte do corpo. Esse conceito envolve uma análise mais ampla, abrangendo alterações físicas que afetam a aparência da vítima, ainda que sejam sutis.

### **Danos Extrapatrimoniais no Direito do Trabalho**

Com a reforma trabalhista (Lei nº 13.467/2017), os danos extrapatrimoniais passaram a ter uma regulamentação específica no contexto das relações de trabalho, abrangendo danos à integridade física e moral do trabalhador. O art. 223-B da Consolidação das Leis do Trabalho (CLT) define o dano extrapatrimonial como a "ação ou omissão que ofenda a esfera moral ou existencial do trabalhador.

No direito do trabalho os danos morais correspondem aos danos extrapatrimoniais, a ocorrência de um dano a alguém ou a algo pode resultar em uma obrigação legal de reparação. No ordenamento jurídico brasileiro existem diferentes tipos de danos, como os já mencionados danos materiais (como danos à propriedade) e danos morais ou extrapatrimoniais (como dor ou sofrimento psicológico), mas também os danos emergentes que se referem as perdas decorrentes do evento danoso e lucros cessantes que dizem respeito às perdas que se o dano não tivesse ocorrido, a vítima teria ganhado.

Ainda que o texto da Lei use a expressão de "danos extrapatrimoniais", não mais são do que danos de natureza moral sendo apenas um sinônimo utilizado.

No texto legal, com a reforma trabalhista, foi introduzida no dano extrapatrimonial a ação que ofenda à esfera existencial, comparado às versões anteriores, a expressão existencial é nova e surge com o intuito de ampliar os direitos dos trabalhadores.

### **DANO EXISTENCIAL**

Conceituar o dano existencial é de certa forma complexo, pois, é algo relativamente novo, de caráter subjetivo e abrangente, a depender da relevância do prejuízo sofrido para impactar na perspectiva de vida do indivíduo, mas o dano existencial poderia ser conceituado como, um tipo de categoria de dano, que difere dos demais, onde nessa modalidade danosa os prejuízos sofridos afetam a própria existência da pessoa, bem seu como o modo de vida, ou suas relações, sendo





## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

DANO EXISTENCIAL POR JORNADA DE TRABALHO EXCESSIVA: POSICIONAMENTOS DOS TRIBUNAIS  
Bruna Alves Gonçalves

caracterizado por alguns como prejuízo de vida, privação de elementos condicionadores de dignidade dentre outros.

Para Flavio Tartuce (2023, p. 464), o dano existencial, se manifesta em duas circunstâncias. A primeira está ligada à frustração do projeto de vida de uma pessoa. A segunda ocorre quando há uma interferência nas relações pessoais da vítima, especialmente em suas interações próximas com familiares e outras pessoas.

Em um texto publicado no Peru, Sessarego examina casos decididos pela Corte Interamericana de Direitos Humanos, com o objetivo de ilustrar situações em que o dano ao projeto de vida é evidente

“La Corte Interamericana de Derechos Humanos, a partir de 1998, reconoce y repara el ‘daño al proyecto de vida’. La primera oportunidad en la que se le alude es en la sentencia de reparaciones del conocido caso ‘María Elena Loayza Tamayo’. En el apartado 147 de este histórico fallo se expresa, con precisión y claridad conceptual, ‘que el denominado proyecto de vida atiende a la realización integral de la persona afectada, considerando su vocación, aptitudes, circunstancias, potencialidades y aspiraciones, que le permiten fijarse razonablemente determinadas expectativas y acceder a ellas’. En el apartado 148 del mencionado pronunciamiento se destaca, con acierto, el valor de las opciones u oportunidades que ‘el sujeto puede tener para conducir su vida y alcanzar el destino que se propone. Por ello, su cancelación o menoscabo implican la reducción objetiva de la libertad y la pérdida de su valor que no puede ser ajeno a la observación de esta Corte’. En el párrafo 150 del fallo se reafirma este concepto cuando se expresa que ‘el daño al proyecto de vida, entendido como una expectativa razonable y accesible en el caso concreto, implica la pérdida o el grave menoscabo de oportunidades de desarrollo personal, de forma irreparable o difícilmente reparable’.

Em suma, o texto aborda que a Corte Interamericana de Direitos Humanos reconhece, desde 1998, o "dano ao projeto de vida", conceito que surgiu no caso "María Elena Loayza Tamayo". Esse dano ocorre quando uma pessoa perde oportunidades essenciais para o seu desenvolvimento pessoal, afetando suas aspirações e o curso de vida planejado. A perda dessas oportunidades reduz a liberdade individual e é vista como um prejuízo significativo, que pode ser difícil ou impossível de reparar.

O dano existencial foi acolhido no Brasil com os exemplos da legislação italiana que em seu ordenamento jurídico já dispunha de tal tratativa, nas palavras de Andreia Pereira de Freitas (2017, p.22), o dano existencial é o efeito de qualquer prejuízo que afete negativamente a qualidade de vida da vítima, provocando alterações em seu modo de viver, nas relações pessoais e em seus projetos de vida, seja de forma temporária ou permanente. Embora tenha semelhanças, não deve ser confundido com outros tipos de danos, como o dano moral ou biológico, pois atinge, por exemplo, os sonhos, objetivos e o convívio familiar da pessoa.

Sobre a ótica da legislação italiana, em seu trabalho Soares (2009, p. 44; 46-47):

O dano existencial representa, em medida mais ou menos relevante, uma alteração substancial nas relações familiares, sociais, culturais, afetivas etc. Abrange todo acontecimento que incide, negativamente, sobre o complexo de afazeres da pessoa, sendo suscetível de repercutir-se, de maneira consistente — temporária ou permanentemente — sobre a sua existência. [...] O dano existencial materializa-se como uma renúncia involuntária às atividades cotidianas de qualquer gênero, em comprometimento das próprias esferas de desenvolvimento pessoal.



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

DANO EXISTENCIAL POR JORNADA DE TRABALHO EXCESSIVA: POSICIONAMENTOS DOS TRIBUNAIS  
Bruna Alves Gonçalves

[...] O dano existencial pode atingir setores distintos: a) atividades biológicas de subsistência; b) relações afetivo-familiares; c) relações sociais; d) atividades culturais e religiosas; e) atividades recreativas e outras atividades realizadoras, porque qualquer pessoa tem o direito à serenidade familiar, à salubridade do ambiente, à tranquilidade no desenvolvimento das tarefas profissionais, ou de lazer, etc.

Para Almeida Neto (2005), o dano existencial, ou seja, o dano à existência da pessoa, está ligado a violação de qualquer direito fundamental da pessoa, garantido pela Constituição Federal, que resulte em uma alteração prejudicial na forma de viver do indivíduo ou nas atividades que ele realiza em busca de seu projeto de vida, independente de qualquer impacto financeiro ou econômico que possa surgir da lesão.

Já para Palhares, (2019 p. 19) o dano existencial e compreendido

Compreende-se o dano existencial como a sistemática conduta patronal em impor jornadas de trabalho além dos limites legais, causando verdadeira anulação do indivíduo que deixa de vivenciar atividades recreativas, culturais, esportivas, perdendo considerável parte do convívio familiar, sendo reduzido a mera ferramenta de trabalho (*apud* Molila, 2015, p. 15).

Tartuce (2023, p. 464) aborda que em texto publicado na Itália, o Maestro, como era conhecido, fundamenta o dano ao projeto de vida como uma lesão à liberdade fenomênica. Conforme o seu entendimento, em tradução livre, a liberdade é sinônimo de projeto, ou seja, o ser humano é livre enquanto projeta, e projeta para viver.

O dano causado à vida do indivíduo sempre existiu, no entanto o termo Dano existencial surgiu pela primeira vez na legislação italiana, conforme expõe Soares (2009):

O dano existencial surgiu no Direito Italiano, fundamentando-se primordialmente, no art. 2059 do Código Civil italiano, embasamento legal da responsabilidade civil por danos imateriais. Esse dispositivo prevê que o dano extrapatrimonial deve ser indenizado exclusivamente nos casos previstos em lei. Todavia, mesmo que a conduta e o dano decorrente não estejam previstos no Direito Civil italiano, o direito à indenização é ainda previsto no art. 185 do Código Penal italiano, que impinge, em síntese, ao culpado ou ao seu responsável o dever de indenizar a vítima pelo dano causado através de uma conduta criminosa.

[...] apenas em 1950 se reconheceu uma espécie de indenização absolutamente independente do dano material na Itália, que passou a ser conhecido como “dano à vida de relação” (Soares, 2009, p. 42)

Como se observa da transcrição acima, a ideia de dano existencial estava atrelada à responsabilidade civil instaurada no código civil italiano, no entanto, ainda não existia uma norma legal que atribuísse precisamente o que seria o dano existencial, alguns escritores apontam que ainda que não existisse expressa previsão legal, os tribunais italianos já reconheciam a modalidade de dano existencial.

Flaviana Rampazzo Soares (2009), em seu trabalho sobre dano existencial, aponta que somente nos anos 70 houve um aumento na quantidade de decisões judiciais das Cortes italianas sobre o tema, destacando a necessidade de proteger o indivíduo contra ações que afetassem sua realização pessoal, em diferentes graus. Essas decisões se baseavam principalmente nos artigos 2º,



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

DANO EXISTENCIAL POR JORNADA DE TRABALHO EXCESSIVA: POSICIONAMENTOS DOS TRIBUNAIS  
Bruna Alves Gonçalves

3º e 32 da Constituição Italiana, que garantem os direitos fundamentais da pessoa. No entanto, é importante observar que o termo "dano existencial" ainda não era utilizado, embora seus conceitos e fundamentos já estivessem bem estabelecidos no contexto jurídico italiano.

A sua positivação se deu após muita repercussão social, e fruto de uma grande pressão da sociedade Soares (2009), expõe que:

Em adição, o tema alçou grande repercussão nas academias italianas em 1990, em decorrência do engenho dos professores Paolo Cendon e Patrizia Ziviz, responsáveis por diversos encontros acadêmicos, artigos e pela consolidação da denominação "dano existencial", que se espalhou para outros países como o Brasil. Desde então, cristalizou-se o entendimento de que o dano existencial redonda em um sacrifício nas atividades realizadoras da pessoa, o que acarreta uma mudança na relação da pessoa com a sociedade e a renúncia forçada à situação de normalidade anterior ao dano.

Como pode se perceber, o dano existencial demorou muitos e muitos anos para ser positivado em uma legislação, isso por sua vez caracterizada a deficiência da sociedade em reconhecer certos direitos, no âmbito nacional é pior ainda, visto que no Brasil os direitos são reconhecidos a passos lentos.

No âmbito do direito do trabalho brasileiro, o entendimento do dano existencial tem se tornado cada vez mais relevante. Este tipo de dano refere-se às situações em que o trabalhador sofre prejuízos em sua esfera pessoal e emocional, que vão além dos danos materiais. Muitas vezes, decorrem de jornadas exaustivas, assédio moral, discriminação no ambiente de trabalho e outras situações que afetam a qualidade de vida do indivíduo.

A legislação trabalhista tem evoluído para reconhecer e compensar o dano existencial, permitindo que trabalhadores que tenham vivenciado situações prejudiciais possam buscar reparação. Isso demonstra a importância de considerar não apenas os danos econômicos diretamente mensuráveis, mas também as consequências emocionais e psicológicas das relações de trabalho. Dessa forma, a justiça busca equilibrar a proteção do trabalhador e a sustentabilidade das relações laborais.

### JORNADA E FUNDAMENTOS DA LIMITAÇÃO

A jornada de trabalho veio se desdobrando ao longo da história, nos primórdios dos tempos o trabalho era realizado conforme a necessidade humana, com a caça pesca, dentre outros. A partir da Revolução Industrial, o modo como as pessoas trabalham e são pagas mudou significativamente, sendo totalmente relacionando com a saúde e qualidade de vida do trabalhador.

No Brasil não foi diferente, a jornada de trabalho tem se modificado aos longos dos anos. A regulamentação da jornada de trabalho varia de país para país e ao longo do tempo. Na França, por exemplo, conforme expõe Fischer (2015), em 1841, a jornada era de dez horas por dia, enquanto nos Estados Unidos, em 1938, foi estabelecido um limite de oito horas diárias e quarenta horas semanais. Para Harvey (2005), a globalização e o capitalismo têm influenciado a jornada de trabalho em muitos



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

DANO EXISTENCIAL POR JORNADA DE TRABALHO EXCESSIVA: POSICIONAMENTOS DOS TRIBUNAIS  
Bruna Alves Gonçalves

lugares, levando a uma intensificação do trabalho, com empresas buscando reduzir custos e aumentar a produtividade. Isso tem impactado os trabalhadores, causando estresse, precarização do trabalho e menos tempo livre.

Para Resende (2023, p. 356) jornada é:

O lapso de tempo diário em que o empregado se coloca à disposição do empregador para lhe prestar serviços, em decorrência do contrato de trabalho entre eles firmado. Cumpre salientar que, tecnicamente, jornada de trabalho diz respeito ao módulo diário de prestação de serviços, pelo que não é correto falar em jornada semanal, jornada mensal etc. Entretanto, na prática, não se costuma fazer distinção entre tais termos, sendo que a própria CLT faz menção a jornadas semanais (art. 59, § 2º).

No ordenamento jurídico brasileiro são computadas como jornada de trabalho, além do tempo de efetivo serviço, o lapso temporal em que o empregado fica, a disposição do empregador, conforme determina o Art. 4º da CLT, disciplina *in verbis*: “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.” Ou seja, ainda que o empregado estava em inatividade, o período em que ele se encontra a disposição do empregador é computado na jornada.

Também é computado na jornada de trabalho a espécie de sobreaviso e prontidão, diante das peculiaridades de algumas atividades como é o exemplo do ferroviário disciplinada pelo Art.244 da CLT, disciplina *in verbis*:

Art. 244. As estradas de ferro poderão ter empregados extranumerários, de sobreaviso e de prontidão, para executarem serviços imprevistos ou para substituições de outros empregados que faltem à escala organizada”.

§ 2º - Considera-se de sobreaviso o empregado efetivo que permanecer em sua própria casa, aguardando a qualquer momento o chamado para o serviço. Cada escala de [sobreaviso] será, no máximo, de 24 horas. As horas de sobreaviso, para todos os efeitos, serão contadas à razão de 1/3 (um terço) do salário normal.”

Para Resende (2023, p. 362) o sobreaviso é:

O sobreaviso é, nos termos legais, o tempo efetivo em que o ferroviário permanece em casa aguardando ser chamado para o serviço. A duração máxima do tempo de sobreaviso é de 24 horas e deve ser remunerado à razão de 1/3 (um terço) da hora normal de trabalho (art. 244, § 2º, da CLT). Assim, por exemplo, se um empregado recebe R\$ 6,00 por hora trabalhada, receberá R\$ 2,00 por hora em que se mantenha de sobreaviso.

A justificativa para a não consideração do sobreaviso como tempo à disposição do empregador, com remuneração integral, nos termos do art. 4º da CLT, é que, neste caso, o empregado permanece em sua residência, confortavelmente instalado, aguardando o chamado patronal, bem como pelo interesse público que caracteriza a atividade e pelo fato de ser esta naturalmente sujeita a imprevistos.

A situação é, portanto, bem diferente daquela típica do art. 4º da CLT, na qual o empregado permanece no local de trabalho aguardando ordens.



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

DANO EXISTENCIAL POR JORNADA DE TRABALHO EXCESSIVA: POSICIONAMENTOS DOS TRIBUNAIS  
Bruna Alves Gonçalves

Nessa mesma linha temos o que seria chamado de prontidão que nada mais é o tempo em que o empregado está à disposição do empregador aguardando ordens, conforme Art. 244 § 3º da CLT, disciplina *in verbis*:

3º - Considera-se de prontidão o empregado que ficar nas dependências da estrada, aguardando ordens. A escala de prontidão será, no máximo, de 12 horas. As horas de prontidão serão, para todos os efeitos, contadas à razão de 2/3 (dois terços) do salário-hora normal.

Ou seja, no contexto do direito do trabalho, a prontidão refere-se ao período de disponibilidade do trabalhador para responder a chamados ou emergências durante o seu tempo de descanso, além do horário regular de trabalho. Isso pode incluir estar de sobreaviso para atender a chamados telefônicos, estar disponível para realizar intervenções rápidas em situações de urgência, ou estar pronto para ser chamado ao serviço a qualquer momento. A prontidão muitas vezes é remunerada de acordo com as leis trabalhistas e os acordos coletivos, reconhecendo o tempo em que o trabalhador está à disposição do empregador, mesmo que não esteja exercendo suas funções de forma ativa.

### FUNDAMENTOS DA LIMITAÇÃO

A CLT se preocupou em deixar claro a forma de limitação nas jornadas controladas, em seu artigo 74 caput, que em regra as empresas brasileiras adotam a chamada jornada controlada. Dispõe o art. 74, caput e § 2º, da CLT, com a redação dada pela Lei nº 13.874/2019:

Art. 74. O horário de trabalho será anotado em registro de empregados.  
§ 2º Para os estabelecimentos com mais de 20 (vinte) trabalhadores será obrigatória a anotação da hora de entrada e de saída, em registro manual, mecânico ou eletrônico, conforme instruções expedidas pela Secretaria Especial de Previdência e Trabalho do Ministério da Economia<sup>7</sup>, permitida a pré-assinalação do período de repouso.

Embora a jornada de trabalho dos empregados seja presumida como controlada, a lei não exige procedimentos especiais para monitorar essa jornada quando o trabalho é realizado em pequenos estabelecimentos empresariais, ou seja, com até dez trabalhadores, conforme o § 2º do art. 74 da CLT. Essa exceção existe para facilitar a administração das pequenas empresas. No entanto, essa simplificação não anula a presunção legal de que a jornada de trabalho é controlada nesses casos. Como esclarece Delgado, Maurício Godinho,

não obstante exista presunção de ser controlada a jornada laborativa obreira, não estabelece a lei procedimentos especiais para esse controle quando se tratar de trabalho interno a pequeno estabelecimento empresarial (até dez trabalhadores – § 2º do art. 74 da CLT). A razão é meramente prática, visando a simplificar as exigências administrativas sobre o pequeno empresário. Contudo, esta simplificação de procedimentos não elide a presunção jurídica de jornada controlada incidente em tais casos

A Constituição Federal, estabelece que a jornada normal de trabalho para a maioria dos trabalhadores é de 8 horas por dia, totalizando 44 horas semanais. Esse limite tem como objetivo



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

DANO EXISTENCIAL POR JORNADA DE TRABALHO EXCESSIVA: POSICIONAMENTOS DOS TRIBUNAIS  
Bruna Alves Gonçalves

garantir o equilíbrio entre a vida profissional e pessoal dos trabalhadores, além de proteger sua saúde e bem-estar. A norma busca assegurar que os empregados não sejam submetidos a jornadas excessivas, promovendo, assim, condições dignas de trabalho, conforme dispõe o art. 7º, XIII, da CRFB.

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

(...)

XIII – duração do trabalho normal não superior a oito horas diárias e quarenta e quatro semanais, facultada a compensação de horários e a redução da jornada, mediante acordo ou convenção coletiva de trabalho<sup>17</sup>;

Dessa forma, para se calcular o divisor da duração normal do trabalho, são observadas as seguintes definições, onde o módulo semanal possui o total de quarenta e quatro horas, e a semana possui 6 dias trabalhados, sendo assim dividindo 44 por 6 temos o resultado de 7,33h que multiplicados por 30 equivalem a 220 horas mensais.

Existem também as jornadas especiais que são atribuídas a algumas profissões. No caso do Bancário, a legislação estabelece que a jornada será de 6 horas diárias de segunda a sexta feira e o sábado é considerado dia útil não trabalhado, com exceção à essa regra os cargos de gerência, ou os cargos de confiança não será aplicada a Jornada de 6 horas e sim a de 8 horas, no entanto, o valor da gratificação seja pelo menos 1/3 do salário do cargo em que ocupa. Nos casos em que exerce turnos ininterruptos de revezamento, a jornada trabalhada será de 6 horas, com exceção do disposto em acordo coletivo, para o Advogado será de 8 horas diárias e 40 semanais, para engenheiros e médicos será de 8 horas, jornalista será de 5 horas podendo ser prorrogado até 7 horas mediante acordo escrito, para os telefonistas será de 6 horas diárias e 36 semanais e os trabalhadores de minas de subsolos também.

### DANO EXISTENCIAL POR EXCESSO DE JORNADA

O dano existencial por excesso de jornada é uma questão multidimensional, que transcende os limites do ambiente de trabalho e permeia todos os aspectos da vida. A imposição de longas horas de trabalho não apenas compromete a saúde física, levando ao cansaço crônico e à exaustão, mas também mina a saúde mental, aumentando os índices de estresse, ansiedade e depressão. Além disso, a falta de tempo para o convívio familiar e social deteriora os laços afetivos e a qualidade das relações interpessoais, gerando um profundo sentimento de isolamento e alienação.

No que tange às jornadas excessivas de trabalho para Resende (2023 p.357),

Sob o aspecto biológico, constatou-se que as jornadas excessivas provocam a fadiga do trabalhador, com danos muitas vezes graves à sua saúde. O cansaço provocado pelo excesso de trabalho diário aumenta a incidência de doenças ocupacionais e facilita a ocorrência de acidentes de trabalho, o que viola a dignidade do obreiro.

Sob o ponto de vista social, a jornada de trabalho extensa afasta o trabalhador do convívio com seus pares, provocando distúrbios familiares e segregação social.

Finalmente, sob o ponto de vista econômico, o estresse e o cansaço decorrentes da jornada exaustiva levam à queda do rendimento do trabalhador, fazendo com que



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

DANO EXISTENCIAL POR JORNADA DE TRABALHO EXCESSIVA: POSICIONAMENTOS DOS TRIBUNAIS  
Bruna Alves Gonçalves

sua produtividade decaia, o que conflita com o interesse patronal (aumento da produtividade para maximização dos lucros).

No contexto atual, a tecnologia desempenha um papel ambíguo nesse cenário. Se, por um lado, proporciona maior flexibilidade no trabalho, permitindo realizar tarefas remotamente, por outro, cria uma cultura de disponibilidade constante, onde os limites entre vida pessoal e profissional se tornam difusos. O smartphone que deveria facilitar a comunicação torna-se, muitas vezes, um instrumento de controle e invasão do tempo livre do trabalhador, alimentando a sensação de que nunca se está verdadeiramente desconectado do trabalho.

Nesse viés observa-se que a imposição de uma jornada de trabalho excessiva há um trabalhador compromete sua vida como um todo, pois a privação do convívio familiar, bem como de usufruir de seu tempo livre como quiser.

Nesse sentido, em seu trabalho Soares (2009, p. 44; 46-47) expõe:

[...] É afetado pelo dano existencial aquele que é injustamente privado de sua liberdade, privação essa que pudesse [sic] ter ceifado a possibilidade de convívio familiar, durante alguns meses, tempo esse precioso, principalmente, considerando a eventualidade de um familiar próximo dessa pessoa estar doente, com risco de morte e, ainda, sem ter condições de compartilhar de confraternizações, de ir ao cinema, de participar de atividades religiosas, acadêmicas, etc.

[...] Os sacrifícios, as renúncias, a abnegação, a clausura, o exílio, o prejuízo do cotidiano, uma interação menos rica do lesado com as outras pessoas, coisas e interesses, provisórios ou definitivos, todos esses elementos constituem dano existencial.

O dano existencial por excesso de jornada ocorre quando o trabalhador é submetido a uma carga horária excessiva, que ultrapassa os limites legais e prejudica sua vida pessoal, social e familiar. Para que esse dano seja reconhecido, é necessário que a jornada excessiva impeça o empregado de participar de atividades sociais, familiares ou de desenvolver seus projetos de vida. Além disso, deve ser comprovado o nexo causal entre o excesso de trabalho e o prejuízo sofrido, evidenciando que a conduta do empregador foi a responsável por esse dano.

Para Molina (2015, p. 117):

A questão para fins de configuração dos danos existenciais por jornada excessiva é constatar a situação de que, mesmo com a implantação do sistema de prorrogação e compensação de jornada, ainda assim o empregador exige jornada além desses limites, no exercício de 11, 12, 13 horas diárias ou mais, cuja incidência verifica-se em algumas atividades especiais

Além de determinar o que constitui a extrapolação da jornada de trabalho em termos de ultrapassar o limite estabelecido pela Constituição, leis ou acordos, é necessário também estabelecer um critério que avalie a frequência dessa extrapolação ao longo do tempo. Isso nos permitirá entender quando a repetição desse excesso de jornada se torna prejudicial a ponto de causar danos existenciais. Em outras palavras, precisamos avaliar se o fato de trabalhar além do horário em alguns dias, apesar de gerar compensações financeiras como horas extras, realmente impediu o trabalhador de seguir com seus projetos de vida fora do trabalho.



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

DANO EXISTENCIAL POR JORNADA DE TRABALHO EXCESSIVA: POSICIONAMENTOS DOS TRIBUNAIS  
Bruna Alves Gonçalves

Nas palavras de Molina (2015, p. 118):

Definido, com efeito, o aspecto vertical do que é a extrapolação do limite constitucional, legal ou convencional da jornada, precisamos também definir um critério horizontal, de modo a concluir qual a reiteração necessária de extrapolação da jornada apta a converter-se em danos existenciais. Em outras palavras, é dizer com alguma precisão se a extrapolação da jornada em alguns dias, nada obstante tenha gerado repercussões patrimoniais (horas extras), teve ou não o condão de impedir a realização de projeto de vida do empregado fora do ambiente de trabalho.

A tese de que a configuração dos danos existenciais não exige prova material do prejuízo baseia-se na violação do direito do trabalhador à liberdade pessoal. Quando o empregador impõe uma jornada excessiva, limita-se o direito do trabalhador de escolher como viver sua vida, configurando, assim, danos existenciais. Embora o impacto pessoal, familiar ou social possa agravar a indenização, não é um requisito para sua configuração. Tanto um trabalhador casado e pai de família quanto um solteiro sem filhos podem sofrer danos existenciais devido à jornada excessiva, mesmo que o segundo não consiga demonstrar uma violação objetiva da convivência familiar. A simples restrição da liberdade de optar por constituir uma família ou manter relacionamentos fora do trabalho já caracteriza uma violação de direitos fundamentais, justificando o direito à indenização. Fica evidenciado que para que haja a configuração do dano existencial ocasionado por uma jornada de trabalho excessiva é necessário que haja um nexo de causalidade entre as jornadas exaustivas e o prejuízo de vida do trabalhador.

### ENTENDIMENTOS DOS TRIBUNAIS

Assim, conforme jurisprudência do TST - RECURSO DE REVISTA RR 10347420145150002 (TST):

**Ementa:** INDENIZAÇÃO POR DANO EXISTENCIAL. JORNADA DE TRABALHO EXTENUANTE. O dano existencial consiste em espécie de dano extrapatrimonial cuja principal característica é a frustração do projeto de vida pessoal do trabalhador, impedindo a sua efetiva integração à sociedade, limitando a vida do trabalhador fora do ambiente de trabalho e o seu pleno desenvolvimento como ser humano, em decorrência da conduta ilícita do empregador. O Regional afirmou, com base nas provas coligidas aos autos, que a reclamante laborava em jornada de trabalho extenuante, chegando a trabalhar 14 dias consecutivos sem folga compensatória, laborando por diversos domingos. Indubitável que um ser humano que trabalha por um longo período sem usufruir do descanso que lhe é assegurado, constitucionalmente, tem sua vida pessoal limitada, sendo despienda a produção de prova para atestar que a conduta da empregadora, em exigir uma jornada de trabalho deveras extenuante, viola o princípio fundamental da dignidade da pessoa humana, representando um aviltamento do trabalhador. O entendimento que tem prevalecido nesta Corte é de que o trabalho em sobrejornada, por si só, não configura dano existencial. Todavia, no caso, não se trata da prática de sobrelabor dentro dos limites da tolerância e nem se trata de uma conduta isolada da empregadora, mas, como afirmado pelo Regional, de conduta reiterada em que restou comprovado que a reclamante trabalhou em diversos domingos sem a devida folga compensatória, chegando a trabalhar por 14 dias sem folga, afrontando assim os direitos fundamentais do trabalhador. Precedentes. Recurso de revista conhecido e desprovido.





## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

DANO EXISTENCIAL POR JORNADA DE TRABALHO EXCESSIVA: POSICIONAMENTOS DOS TRIBUNAIS  
Bruna Alves Gonçalves

No julgado em análise, o dano existencial foi reconhecido, onde a empregada chegava a exercer uma jornada de trabalho superior a 14 dias consecutivos sem ter o direito de folga resguardado, nesse sentido, os prejuízos foram desde ordem de saúde como de convivência social, que é uma das principais características para a ocorrência do tipo de dano existencial, conforme examinado no julgado o dano existencial se consiste em além da jornada excessiva de trabalho a ocorrência do que pode ser chamado de frustração do projeto de vida pessoal.

Nesse mesmo sentido, ainda no que diz respeito a configuração do Dano existencial, a 4ª Turma do TST, RECURSO nº RR-1001084- 55.2013.5.02.0463:

RECURSO DE REVISTA. ACÓRDÃO REGIONAL PUBLICADO NA VIGÊNCIA DA LEI Nº 13.015/2014. 1. DANO EXISTENCIAL. JORNADA EXTENUANTE. NÃO CONHECIMENTO. I. O entendimento desta Corte Superior é no sentido de que a submissão do empregado a jornada extenuante que “subtraia do trabalhador o direito de usufruir de seus períodos de descanso, de lazer, bem como das oportunidades destinadas ao relacionamento familiar, ao longo da vigência do pacto contratual” configura dano existencial. II. Tendo a Corte Regional concluído que “da jornada descrita, denota-se claramente a falta de preservação do convívio familiar, bem como relaxamento, lazer, direitos estes inerentes a qualquer trabalhador”, a decisão regional está de acordo com a iterativa, notória e atual jurisprudência do Tribunal Superior do Trabalho, o que inviabiliza o processamento do recurso de revista, conforme os óbices do art. 896, §7º, da CLT e da Súmula nº 333 do TST. III. Recurso de revista de que não se conhece. (...)” (RR-1001084-55.2013.5.02.0463, 4ª Turma, Relator Ministro Alexandre Luiz Ramos, DEJT 22/11/2019).

Conforme reiterado entendimento, o dano existencial não poderia ser configurado considerando apenas a jornada de trabalho excessiva, sendo, no entanto, necessário que ficasse comprovado, os danos de natureza social, familiar e até no âmbito do lazer, acarretados pela então privação de tal convívio seja com a família seja com a sociedade.

ACIDENTE DE TRABALHO. AMPUTAÇÃO DO ANTEBRAÇO DIREITO. DANO EXISTENCIAL. O dano existencial remonta à teoria do dano moral, sem, todavia, com ela se confundir, visto que tutela aspectos da dignidade humana que transcendem a clássica noção dano à personalidade. Caracteriza-se quando a violação a um direito acarreta, além de danos materiais ou morais (em sua concepção clássica), prejuízo ao projeto de vida ou às relações sociais e familiares da vítima. No caso dos autos comprovou-se o comprometimento do projeto de vida do trabalhador, diante da necessidade de redefinição de projetos relacionados à carreira tendo em vista a imposição de limitação funcional irreversível decorrente da amputação do antebraço direito. (TRT-14 – ROT: 00001627620225140141, Relator: ILSO ALVES PEQUENO JUNIOR, SEGUNDA TURMA – GAB DES ILSO ALVES PEQUENO JUNIOR)

ACIDENTE DE TRABALHO. DANO EXISTENCIAL. O dano existencial pode ser entendido como espécie autônoma em relação ao dano moral, vez que aquele é tido como o dano que prejudica a realização pessoal do trabalhador, piorando sua qualidade de vida. Consiste na violação dos direitos fundamentais da pessoa, direitos estes garantidos pela Constituição da República de 1988, que resulte algum prejuízo no modo de viver ou nas atividades inerentes a cada indivíduo. O projeto de vida do trabalhador sofre um desmonte, obrigando-o a seguir uma rota que exclui as possibilidades por ele anteriormente projetadas, impondo-se uma realidade que já não possibilita a realização de antigos planos profissionais ou de projetos pessoais, comprometendo seriamente a realização do indivíduo, o que pode decorrer de ato ilícito. Tal situação é o que marca o dano existencial, de forma a destacá-lo do dano moral em si, permitindo a cumulação das indenizações por dano moral e existencial, vez que o dano moral está ligado à angústia, à dor e à humilhação da ocorrência em



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

DANO EXISTENCIAL POR JORNADA DE TRABALHO EXCESSIVA: POSICIONAMENTOS DOS TRIBUNAIS  
Bruna Alves Gonçalves

si de fato, inclusive acidente, enquanto o dano existencial decorre da dificuldade criada para que a vítima possa prosseguir com seus projetos profissionais e pessoais, o que acarreta vazio existencial por ela experimentado. No caso em apreço, o reclamante, que exercia atividades braçais e ainda era professor de dança, perdeu os movimentos de suas pernas em função do acidente de trabalho, com inúmeros reflexos sobre a vida pessoal e profissional, sendo nítido o grave comprometimento de seu projeto de vida em decorrência do infortúnio ocorrido em atividade de risco, desenvolvida, ademais, sem a adoção de medidas de segurança, pelo que cabível a fixação de indenização por danos existenciais. (TRT-3 – RO: 00104803520195030043 MG 0010480-35.2019.5.03.0043, Relator: Juliana Vignoli Cordeiro, Data de Julgamento: 28/02/2021, Decima Primeira Turma, Data de Publicação: 01/03/2021.)

Nos julgados elencados acima, o dano existencial foi caracterizado em decorrência de acidentes de trabalho onde os danos dos indivíduos refletiram diretamente na perspectiva de vida, pois todo o plano traçado foi frustrado, no primeiro caso houve a perda de um braço que, além dos danos corriqueiros ocasionou o prejuízo de vida no trabalhador, um prejuízo em seus sonhos, como o próprio relator afirmou “O projeto de vida do trabalhador sofre um desmonte, obrigando-o a seguir uma rota que exclui as possibilidades por ele anteriormente projetadas, impondo-se uma realidade que já não possibilita a realização de antigos planos profissionais ou de projetos pessoais, comprometendo seriamente a realização do indivíduo, o que pode decorrer de ato ilícito”

AGRAVO DE INSTRUMENTO EM RECURSO DE REVISTA, INTERPOSTO PELA RECLAMADA. RECURSO REGIDO PELA LEI 13.467/2017. INDENIZAÇÃO POR DANO EXISTENCIAL. JORNADA DE TRABALHO EXAUSTIVA. DANO IN RE IPSA. O Tribunal Regional, na análise dos cartões de ponto, consignou que o autor laborava em regime exaustivo de jornada, ultrapassando habitualmente o limite legal em mais de duas horas, chegando a perfazer mais de seis horas extras por dia, de segunda a domingo, usufruindo de poucas folgas, e, inclusive, com supressão do intervalo para refeição e descanso. Em razão da constatação da prática de jornada de trabalho exaustiva, a Corte a quo reconheceu a ocorrência de dano existencial. O TST entende que a jornada excessiva e exaustiva configura abuso do poder diretivo do empregador, por restringir o direito ao descanso e ao lazer, gerando consequências negativas à higiene e à saúde do trabalhador. Assim, a submissão do obreiro à jornada excessiva ocasiona dano existencial, em que a conduta da empresa limita o desfrute da vida pessoal do empregado, inibindo-o do convívio social e familiar, além de impedir o investimento de seu tempo em reciclagem profissional e em estudos. Dessa forma, a reparação do dano não depende da comprovação dos transtornos sofridos pela parte, tratando-se, em verdade, de dano moral in re ipsa - em que o dano emerge automaticamente, desde que configurada a conduta ilícita, nos termos do art. 186 do Código Civil. Ilesos os arts. 818 da CLT e 373, II, do CPC/2015. Agravo de instrumento não provido. (TST - AIRR: XXXXX20175050036, Relator: Delaide Alves Miranda Arantes, Data de Julgamento: 27/06/2022, 8ª Turma, Data de Publicação: 09/08/2022)

A jurisprudência trata de um Agravo de Instrumento interposto pela empresa contra decisão que reconheceu a ocorrência de dano existencial devido à jornada de trabalho exaustiva. O Tribunal Regional, com base nos cartões de ponto, constatou que o trabalhador realizava mais de seis horas extras diárias, de segunda a domingo, com poucas folgas e sem intervalo para refeição e descanso. Isso caracterizou a jornada excessiva, considerada um abuso do poder diretivo do empregador, violando o direito ao descanso e ao lazer do trabalhador.



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

DANO EXISTENCIAL POR JORNADA DE TRABALHO EXCESSIVA: POSICIONAMENTOS DOS TRIBUNAIS  
Bruna Alves Gonçalves

O TST entendeu que essa prática configura dano existencial, uma vez que a jornada exaustiva impede o trabalhador de conviver socialmente e de investir em sua qualificação profissional. Como se trata de um dano *in re ipsa*, o prejuízo é presumido, ou seja, não é necessária a comprovação de danos específicos para que a reparação seja devida. Dessa forma, o agravo da empresa foi negado, e a indenização ao trabalhador foi mantida.

DANO MORAL. DANO EXISTENCIAL. JORNADA EXCESSIVA DE TRABALHO. A prorrogação habitual da jornada de trabalho, por si só, não enseja o pagamento de indenização por danos morais, sendo necessária à caracterização do dano existencial - denominação conferida à lesão decorrente da vulneração do direito do empregado ao lazer e/ou ao convívio social e familiar - a comprovação de que o cumprimento da jornada excessiva prejudicou, de fato, a prática das ocupações do cotidiano do empregado não relacionadas ao trabalho.

(TRT-3 - ROT: 00125601020165030032 MG 0012560-10.2016.5.03.0032, Relator: Jesse Claudio Franco de Alencar, Data de Julgamento: 31/08/2022, Nona Turma, Data de Publicação: 01/09/2022.)

No caso acima, o Tribunal Regional do Trabalho da 3ª Região (TRT-3) deixou claro que a mera prorrogação habitual da jornada de trabalho não é suficiente para ensejar automaticamente uma indenização por danos morais. Para que o dano existencial seja configurado, é necessário que se prove que a jornada excessiva efetivamente prejudicou a prática de atividades cotidianas do trabalhador que não estão relacionadas ao emprego, como lazer e convívio social e familiar. Esse entendimento ressalta a importância da demonstração do impacto concreto na vida pessoal do empregado, evidenciando que a lesão ao direito ao lazer e à convivência social deve ser devidamente comprovada

DANO MORAL (DANO EXISTENCIAL). JORNADAS EXCESSIVAS E EXTENUANTES. INDENIZAÇÃO DEVIDA. A submissão de trabalhador a jornadas excessivas e extenuantes, na forma verificada nos autos (14 horas por dia, por 30 dias consecutivos e folgas nos 4 dias subsequentes), inquestionavelmente, causou-lhe prejuízos, reduzindo a possibilidade de lazer (direito social, previsto no artigo 6º da CF), do convívio social e familiar, além de culminar com a exposição a riscos diversos. Com efeito, a prestação habitual de sobrejornada estafante acaba por configurar dano existencial, uma vez que viola direitos fundamentais, inclusive o princípio da dignidade humana, e dificulta, ou mesmo impossibilita, o trabalhador de gerir a própria vida. Indenização por danos morais devida. Recurso ordinário da reclamada não provido.

(TRT-15 - ROT: 00112876420155150042 0011287-64.2015.5.15.0042, Relator: ELEONORA BORDINI COCA, 4ª Câmara, Data de Publicação: 20/09/2019)

No segundo julgado, a análise foi mais contundente. O trabalhador foi submetido a jornadas de 14 horas diárias, durante 30 dias consecutivos, com folgas apenas nos 4 dias subsequentes. O tribunal considerou que tal carga horária excessiva resultou em sérios prejuízos ao trabalhador, comprometendo seu direito ao lazer e ao convívio social, além de expô-lo a riscos variados. A prestação habitual de jornadas extenuantes foi reconhecida como configuradora de dano existencial, uma vez que viola direitos fundamentais, inclusive o princípio da dignidade humana. Nesse contexto,



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

DANO EXISTENCIAL POR JORNADA DE TRABALHO EXCESSIVA: POSICIONAMENTOS DOS TRIBUNAIS  
Bruna Alves Gonçalves

a impossibilidade de gerir adequadamente a própria vida e de desfrutar de momentos de lazer e convivência social foi determinante para a concessão da indenização por danos morais.

### CONSIDERAÇÕES

O ordenamento jurídico brasileiro fundamenta-se em normas-princípios, dentre as quais se destaca a Dignidade da Pessoa Humana, considerada um dos pilares da Constituição Federal de 1988. Esse princípio deve permear a vida dos trabalhadores, assegurando que suas condições laborais respeitem sua dignidade e promovam seu bem-estar. As normas trabalhistas, portanto, atuam como garantias essenciais, assegurando que o trabalhador tenha acesso a uma vida digna, ao equilíbrio entre trabalho e lazer, e à proteção de seus direitos fundamentais. Essa relação intrínseca entre dignidade e normas trabalhistas é fundamental para a construção de um ambiente de trabalho que valorize o ser humano em sua totalidade.

A ocorrência dano existencial, como observado, vai além da imposição de uma jornada de trabalho excessiva, sendo na verdade para ser caracterizado a necessidade da ocorrência de vários fatores, como a privação do convívio familiar, a frustração do projeto de vida pessoal e a vida de relações do indivíduo.

A análise do dano existencial decorrente de jornadas de trabalho excessivas revela um aspecto crucial da proteção dos direitos dos trabalhadores, que vai além das meras compensações financeiras. Os posicionamentos dos tribunais, especialmente os evidenciados nos julgados do TRT-3, demonstram um reconhecimento crescente da necessidade de resguardar não apenas os direitos laborais, mas também a dignidade humana do trabalhador, assegurando seu direito ao lazer e ao convívio social. O dano existencial é configurado não apenas pela carga horária excessiva em si, mas pela efetiva privação das atividades que compõem a vida plena do indivíduo, refletindo diretamente na sua qualidade de vida, nesse sentido, é configurado pela comprovação de que a jornada excessiva prejudica a capacidade do trabalhador de levar uma vida digna, com acesso ao lazer, à família e a atividades sociais. Assim, a jurisprudência avança ao considerar que a proteção dos direitos fundamentais deve ser integral, promovendo uma visão que valorize o trabalhador como um ser humano completo, com direitos que transcendem o ambiente de trabalho. Essa evolução normativa e jurisprudencial é fundamental para garantir um ambiente laboral mais justo e humano, onde a dignidade e os direitos do trabalhador sejam efetivamente respeitados e promovidos.

Portanto, o entendimento do dano existencial no direito do trabalho reflete a preocupação em garantir ambientes laborais mais saudáveis e respeitosos, onde o bem-estar dos trabalhadores seja valorizado. A atenção a este tipo de dano contribui para uma atuação mais humanizada das empresas e para a promoção de relações de trabalho mais equilibradas, prevenindo situações de sofrimento no ambiente profissional.

Além disso, é imperativo que os gestores e empregadores adotem práticas que respeitem os limites da jornada de trabalho, promovendo um ambiente que favoreça o bem-estar dos empregados. A implementação de políticas que priorizem a saúde mental e física, aliadas a uma gestão do tempo



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

DANO EXISTENCIAL POR JORNADA DE TRABALHO EXCESSIVA: POSICIONAMENTOS DOS TRIBUNAIS  
Bruna Alves Gonçalves

mais equilibrada, não só previne o surgimento de danos existenciais, mas também contribui para a produtividade e satisfação no trabalho. A conscientização sobre os impactos negativos das jornadas extenuantes deve ser uma prioridade nas discussões acerca das relações laborais, estimulando um ambiente onde o respeito à dignidade do trabalhador esteja intrinsecamente ligado ao desempenho organizacional. Assim, ao reconhecer e abordar o dano existencial como um fenômeno multifacetado, podemos avançar em direção a uma cultura laboral que valorize a integralidade do ser humano, promovendo tanto o crescimento econômico quanto o desenvolvimento social.

### REFERÊNCIAS

ALMEIDA NETO. Amaro Alves de. Dano existencial: a tutela da dignidade da pessoa humana. Revista dos Tribunais. **Revista de Direito Privado: RDPriv**, v. 6, n. 24, p. 21-53, out./dez. 2005. Disponível em: <http://bdjur.stj.jus.br/dspace/handle/2011/87751>. Acesso em: 20 abr. 2023.

BESSON André. **La notion de garde dans la responsabilité du fait des choses**, Paris: Dalloz, 1927. p. 5.

BRASIL. **Lei n.º 13.467, de 13 de julho de 2017**. Disponível em: [www.planalto.gov.br/ccivil03/ato2015-2018/2017/lei/L13467.html](http://www.planalto.gov.br/ccivil03/ato2015-2018/2017/lei/L13467.html). Acesso em: 27 abr. 2023.

BRASIL. **Código Civil**. Organização: Silvio de Salvo Venosa. São Paulo: Atlas, 1993.

BRASIL. Constituição (1988). **Constituição da república federativa do Brasil**. Organização: Alexandre de Moraes. 16. ed. São Paulo: Atlas, 2000

BRASIL. **TRT-15 - ROT: 00112876420155150042 0011287-64.2015.5.15.0042**, Relator: ELEONORA BORDINI COCA, 4ª Câmara, Data de Publicação: 20/09/2019) Disponível em <https://www.jusbrasil.com.br/jurisprudencia/busca?q=EXISTENCIAL>. Acessado em: 20 abr. 2023.

BRASIL. **TRT-3 - ROT: 00125601020165030032 MG 0012560-10.2016.5.03.0032**, Relator: Jesse Claudio Franco de Alencar, Data de Julgamento: 31/08/2022, Nona Turma, Data de Publicação: 01/09/2022 Disponível em <https://www.jusbrasil.com.br/jurisprudencia/busca?q=EXISTENCIAL>. Acessado em: 20 set. 2024.

BRASIL. **TST - RECURSO DE REVISTA RR 10347420145150002 (TST)**. Publicado em 13.11.2015. Disponível em <https://www.jusbrasil.com.br/jurisprudencia/busca?q=EXISTENCIAL>. Acessado em: 20 abr. 2023.

BRASIL. **TST. 4ª Turma. Relator: Ministro Alexandre Luiz Ramos. Recurso de Revista nº 1001084-55.2013.5.02.0463**. Inteiro teor disponível em: <https://tst.jusbrasil.com.br/jurisprudencia/783823822/recursoderevistarr10010845520135020463/inteiro-teor-783823842?ref=juris-tabs>. Acesso em: 29 maio 2023.

DELGADO, Maurício Godinho. **Jornada de trabalho e descansos trabalhistas**. 3. ed. São Paulo: LTr, 2003

FREITAS, Andreia Pereira. **A tarifação do dano extrapatrimonial no âmbito do direito do trabalho: uma análise sob a perspectiva da inconstitucionalidade**. Boa Vista-PR: Universidade Federal de Roraima, 2017. Disponível em: <https://www.passeidireto.com/arquivo/71134823/monografia-andreia-verso-completa-2> Acesso em: 27 abr. 2023.



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

DANO EXISTENCIAL POR JORNADA DE TRABALHO EXCESSIVA: POSICIONAMENTOS DOS TRIBUNAIS  
Bruna Alves Gonçalves

GONÇALVES, Carlos Roberto. **Responsabilidade Civil**. São Paulo: Saraiva, 2007.

GONZÁLES, Carlos Antonio Agurto; MAMANI, Sonia Lidia Quequejana Mamani. O dano existencial como contribuição da cultura jurídica italiana. **Revista Eletrônica Direito e Sociedade (REDES)**, Canoas, RS, v. 6, n. 1, 2018.

HATOUM, N. S.; COLOMBO, M. B. DOS S. Da necessidade de identificação do dano existencial na responsabilidade civil. **Civilistica.com**, v. 11, n. 3, p. 1-19, 25 dez. 2022.

KANT, Immanuel. **Fundamentação da metafísica dos costumes**. 2. ed. São Paulo: Editora WMF Martins Fontes, 2010.

MAGALHÃES, Leslei Lester dos A. **O princípio da dignidade da pessoa humana e o direito à vida** (Série IDP). São Paulo: Editora Saraiva, 2012. *E-book*. ISBN 9788502143197. Disponível em: <https://integrada.minhabiblioteca.com.br/#/books/9788502143197/>. Acesso em: 25 abr. 2023.

MARTINS, Adalberto. Os direitos humanos de segunda geração e o direito do trabalho na era tecnológica. **Revista Mestrado em Direito**, Osasco, ano 8, n. 2, p. 187-200, 2008. Disponível em: <http://www.unifio.br/edifio/index.php/rmd/article/viewFile/242/312>. Acesso em: 28 maio 2023.

MOLINA, André Araújo. Dano existencial por jornada de trabalho excessiva: critérios objetivos (horizontais e verticais) de configuração. **Rev. TST**, Brasília, v. 81, n. 4, out./dez. 2015.

MONTEIRO, Washington de Barros. **Curso de direito civil**. 5. ed. São Paulo: Saraiva, 2011. v. 5, p. 416.

MORAES, Alexandre de. **Direitos humanos fundamentais: teoria geral, comentários aos arts. 1º ao 5º da Constituição da República Federativa do Brasil**. 5. ed. São Paulo: Atlas, 2003.

MORAES, Alexandre de. **Direito Constitucional**. 16. ed. São Paulo: Atlas, 2004. p. 52.

NORONHA, Fernando. **Direito das obrigações: fundamentos do direito das obrigações: introdução a responsabilidade civil**. São Paulo: Saraiva, 2003.

RESENDE, Ricardo. **Direito do Trabalho**. Porto Alegre: Grupo GEN, 2023. *E-book*. ISBN 9786559648719. Disponível em: <https://integrada.minhabiblioteca.com.br/#/books/9786559648719/>. Acesso em: 05 maio 2024.

SESSAREGO, Carlos Fernández. Hacia una nueva sistematización del daño a la persona. **Cuadernos de Derecho**, Lima, n. 03, septiembre 1993.

SILVA, Wilson Melo da. O dano estético. **Revista da Faculdade de Direito**, 1962. Disponível em: <https://revista.direito.ufmg.br/index.php/revista/article/view/697/0>. Acesso em: 10 ago. 2024.

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

VECCHI, Ipojucan Demétrius; GARCIA, Marcos Leite, PILAU SOBRINHO, Liton Lanes. O Princípio Da Dignidade Humana E Suas Projeções No âmbito Laboral: Possibilidades E Limites. **Seqüência**, Florianópolis, v. 41, n. 85, p. 249-86, 2020.