

# **2º Encontro da SBPC em MS/ XI ENEPEX / XIX ENEPE/ 22ª SNCT - UEMS / UFGD 2025**

## **A DIMINUIÇÃO DO INTERVALO INTRAJORNADA FRENTE ÀS NEGOCIAÇÕES COLETIVAS**

UNIVERSIDADE ESTADUAL DE MATO GROSSO DO SUL - UEMS  
UNIDADE UNIVERSITÁRIA NAVIRAI  
CURSO DE DIREITO

Área: Ciências Sociais Aplicadas (6.00.00.00-7) - Direito (6.01.00.00-1) - Direito do Trabalho (6.01.03.03-5)

Autoras:

1. SOARES, Manuella de Oliveira (manuella@uems.br)

Docente e orientadora PIBIC da UEMS/Naviraí

2. OLIVEIRA, Julia Santos Ricieri (02877425126@academicos.uems.br)

Graduanda em Direito e Bolsista PIBIC/UEMS

O presente trabalho trata da flexibilização do intervalo intrajornada mediante negociações coletivas e sua repercussão nas relações de trabalho contemporâneas. Nesse viés, o intervalo intrajornada, garantido pela Consolidação das Leis do Trabalho (CLT), tem por objetivo a proteção da saúde física e mental do trabalhador. No entanto, com a Reforma Trabalhista de 2017 e a valorização do princípio do “negociado sobre o legislado”, passou a ser possível a redução desse período de descanso por meio de acordos ou convenções coletivas, o que gerou um intenso debate sobre os limites dessa flexibilização diante dos direitos fundamentais do trabalhador. O objetivo geral da pesquisa é analisar os efeitos da redução do intervalo intrajornada por meio da negociação coletiva, refletindo sobre os impactos na saúde do trabalhador e os limites constitucionais e legais dessa prática. Entre os objetivos específicos, destacam-se: compreender o papel histórico e atual das negociações coletivas no Brasil; avaliar os fundamentos que justificam a manutenção do intervalo intrajornada; investigar os efeitos da redução para trabalhadores e empresas; e propor diretrizes para políticas públicas que busquem o equilíbrio entre produtividade e dignidade laboral. A metodologia utilizada é qualitativa, com abordagem dedutiva e exploratória. A pesquisa foi desenvolvida por meio de revisão bibliográfica e documental, utilizando-se de livros doutrinários, legislação trabalhista, decisões judiciais relevantes, artigos científicos, relatórios institucionais e posicionamentos de especialistas da área. Também foram observados dados estatísticos recentes divulgados pelo Tribunal Superior do Trabalho (TST), pelo INSS e por publicações acadêmicas sobre saúde ocupacional. Como resultados, a pesquisa demonstrou que, embora juridicamente permitida, a redução do intervalo intrajornada possui consequências relevantes para o trabalhador, especialmente no que tange à sua saúde mental, segurança e qualidade de vida. Viabiliza-se que a supressão ou diminuição do intervalo está associada ao aumento do estresse, da fadiga, dos acidentes de trabalho e ao crescimento de doenças como a Síndrome de Burnout. Ainda que empresas possam observar ganhos organizacionais e econômicos no curto prazo, a longo prazo há prejuízos na produtividade, aumento do absenteísmo e insatisfação dos colaboradores. Conclui-se que a flexibilização do intervalo intrajornada exige um olhar crítico e cauteloso, dado que, embora as negociações coletivas sejam valiosas, não podem se tornar instrumento de esvaziamento de direitos fundamentais, como a proteção à saúde e à dignidade do trabalhador, que devem prevalecer sobre interesses meramente econômicos. Em suma, é imprescindível que qualquer redução do intervalo venha acompanhada de contrapartidas reais e fiscalização efetiva, assegurando que os princípios constitucionais do Direito do Trabalho não sejam violados, preservando esse tempo de descanso e protegendo não apenas a integridade física, mas a humanidade do trabalhador.

Palavras-chave: Empregado; Saúde do trabalhador; Sindicatos.