

ADICIONAL NOTURNO: DA MIGALHA INÓPIA À INDIGNIDADE DA PESSOA HUMANA

NIGHT SHIFT BONUS: FROM THE MEAGER CRUMB TO THE INDIGNITY OF THE HUMAN PERSON

ADICIONAL NOCTURNO: DE LA MIGAJA ESCASA A LA INDIGNIDAD DE LA PERSONA HUMANA

Dhyonara Rodrigues¹

Carlos Modesto²

Ílcia Litaiff³

RESUMO: O presente estudo tem como objetivo realizar uma análise crítica da insuficiência do adicional noturno de 20% previsto na legislação trabalhista brasileira, com foco especial em sua efetividade na proteção da saúde e da dignidade dos trabalhadores de baixa renda. Parte-se do reconhecimento de que a prestação de labor noturno impõe relevantes prejuízos à saúde física e mental do trabalhador, cujos efeitos são potencializados entre os segmentos mais vulneráveis da sociedade, notadamente aqueles com menor autonomia financeira para mitigar tais danos. Ao estabelecer um percentual fixo de compensação, a norma vigente ignora as disparidades socioeconômicas existentes, o que pode configurar violação aos princípios constitucionais da dignidade da pessoa humana e da justiça social. A análise se desenvolve à luz da Constituição Federal de 1988, com ênfase nos artigos 1º, inciso III, e 3º, incisos I, II e III, e tem como recorte temporal o período posterior à reforma trabalhista de 2017. São destacados setores sensíveis como o da saúde e a necessidade de segurança jurídica. A partir dessa abordagem, busca-se evidenciar a urgência de uma revisão legislativa que assegure maior equidade na compensação dos efeitos deletérios do trabalho noturno, especialmente para os trabalhadores em situação de maior vulnerabilidade econômica.

8372

Palavras-chave: Dignidade da pessoa humana. Trabalho noturno. Justiça social.

ABSTRACT: This study aims to critically examine the inadequacy of the 20% night shift bonus established in Brazilian labor legislation, particularly regarding its effectiveness in protecting the health and dignity of low-income workers. It begins with the recognition that night work imposes significant physical and psychological burdens on workers, which are further exacerbated among the most vulnerable segments of the population, who lack the financial means to mitigate such harms. By adopting a fixed compensation rate, the current legal framework fails to consider existing socioeconomic inequalities, potentially violating the constitutional principles of human dignity and social justice. The analysis is conducted in light of the 1988 Federal Constitution of Brazil, with emphasis on Articles 1, item III, and 3, items I, II, and III. The temporal scope is limited to the period following the 2017 labor reform, with particular attention to critical sectors such as healthcare and legal certainty. This approach seeks to demonstrate the need for legislative revision to ensure greater equity in compensating for the negative effects of night work, especially for economically disadvantaged workers.

Keywords: Human dignity. Night work. Social justice.

¹Discente, Centro Universitário do Norte.

²Discente, Centro Universitário do Norte.

³Docente do Centro Universitário do Norte do Curso de Direito e Advogada.

RESUMEN: El presente estudio tiene como objetivo analizar críticamente la insuficiencia del adicional nocturno del 20% previsto en la legislación laboral brasileña, especialmente en lo que respecta a su eficacia en la protección de la salud y la dignidad de los trabajadores de bajos ingresos. Se parte del reconocimiento de que el trabajo nocturno conlleva perjuicios físicos y psicológicos significativos, los cuales se agravan en los sectores más vulnerables de la población, que carecen de los medios financieros para enfrentar tales efectos. Al establecer un porcentaje fijo de compensación, la normativa vigente desatiende las desigualdades socioeconómicas existentes, lo que podría constituir una violación a los principios constitucionales de la dignidad de la persona humana y de la justicia social. El análisis se realiza a la luz de la Constitución Federal de Brasil de 1988, con énfasis en los artículos 1º, inciso III, y 3º, incisos I, II y III. El recorte temporal se limita al período posterior a la reforma laboral de 2017, prestando especial atención a sectores sensibles como la salud y la seguridad jurídica. A partir de este enfoque, se busca evidenciar la necesidad de una revisión legislativa que garantice mayor equidad en la compensación de los efectos negativos del trabajo nocturno, especialmente para los trabajadores en situación de mayor vulnerabilidad económica.

Palabras clave: Dignidad humana. Trabajo nocturno. Justicia social.

INTRODUÇÃO

O adicional noturno, previsto no artigo 73 da Consolidação das Leis do Trabalho (CLT), assegura aos trabalhadores um acréscimo de 20% sobre a hora diurna para atividades realizadas entre 22h e 5h, como forma de compensar os prejuízos causados pelo trabalho nesse período. No entanto, a aplicação uniforme desse percentual, independentemente da renda ou das condições de trabalho, tem gerado questionamentos quanto à sua eficácia e justiça material, especialmente diante das desigualdades estruturais que afetam os trabalhadores de baixa renda no Brasil.

Este estudo propõe uma análise crítica da suficiência do adicional noturno para a proteção da dignidade e da saúde desses trabalhadores, com base nos princípios constitucionais da dignidade da pessoa humana e da justiça social (art. 1º, III, e art. 3º, I, II e III da Constituição Federal de 1988). A investigação se concentra no contexto pós-reforma trabalhista de 2017, período em que se intensificaram as discussões sobre flexibilização de direitos e enfraquecimento das garantias trabalhistas. Parte-se da hipótese de que a compensação padronizada perpetua condições laborais indignas entre os mais vulneráveis economicamente, ao desconsiderar os efeitos diferenciados que o trabalho noturno produz conforme o nível de renda.

A pesquisa adota abordagem qualitativa e método dedutivo, com base em revisão bibliográfica, análise doutrinária e jurisprudencial, e interpretação sistemática da legislação aplicável. Também serão considerados dados empíricos sobre saúde ocupacional e desigualdade

social, a fim de sustentar propostas legislativas que promovam maior equidade na compensação dos danos associados ao trabalho noturno. O objetivo geral é avaliar a eficácia do adicional vigente, identificando seus limites constitucionais e propondo alternativas normativas que assegurem maior justiça social e proteção aos trabalhadores em situação de vulnerabilidade.

FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA E CONTEXTO NORMATIVO

O trabalho noturno, conforme disciplinado pela Consolidação das Leis do Trabalho (CLT), constitui um regime especial de prestação de serviço, justificado pela maior penosidade da atividade desenvolvida em horário biologicamente incompatível com o ciclo natural do ser humano.

Nos termos do artigo 73 da CLT, o labor noturno urbano é aquele realizado entre as 22h de um dia e as 5h do dia seguinte, fazendo jus o trabalhador a um adicional de, no mínimo, 20% sobre o valor da hora diurna. A legislação trabalhista prevê, para o trabalho noturno urbano, a aplicação da chamada “hora ficta”, pela qual cada hora efetivamente trabalhada equivale a 52 minutos e 30 segundos, o que representa um reconhecimento normativo do maior desgaste físico e mental imposto ao trabalhador nesse regime de jornada (LOPES, 2025).

O trabalho noturno na legislação brasileira

8374

O trabalho noturno, conforme previsto na Consolidação das Leis do Trabalho (CLT), é um regime especial que reconhece a maior dificuldade e desgaste físico e mental enfrentados pelos trabalhadores que atuam em horários biologicamente incompatíveis com o ciclo natural humano. Segundo o artigo 73 da CLT, o trabalho noturno urbano ocorre entre 22h e 5h, e o trabalhador tem direito a um adicional mínimo de 20% sobre a hora diurna, além da “hora ficta”, em que cada hora noturna equivale a 52 minutos e 30 segundos, refletindo a compensação pelo esforço extra.

Essa regulamentação visa proteger a saúde e dignidade do trabalhador, princípios assegurados pela Constituição Federal de 1988, que garante condições laborais que respeitem a integridade física e psíquica, assim como uma remuneração justa. O adicional noturno funciona como uma compensação mínima pelos prejuízos causados pelo trabalho em horários que alteram o ritmo biológico, prejudicam a convivência social e aumentam riscos de acidentes e doenças relacionadas ao trabalho.

Autores como José Eduardo Saad e Ana Maria Saad Castelo Branco reforçam que o direito ao adicional noturno é constitucional e indisponível, sendo devido mesmo em regimes de revezamento, conforme o artigo 7º, inciso IX, da Constituição. Contudo, a Reforma Trabalhista de 2017, ao flexibilizar as relações de trabalho, tem fragilizado essa proteção, principalmente ao priorizar negociações individuais, o que pode enfraquecer direitos mínimos diante da desigualdade entre empregadores e empregados.

Além disso, a legislação não diferencia o percentual do adicional conforme as condições socioeconômicas ou o grau de insalubridade do trabalho noturno, o que contribui para perpetuar desigualdades, especialmente entre trabalhadores de baixa renda. Do ponto de vista constitucional, a proteção ao trabalho noturno deve ser revisitada para assegurar dignidade e justiça social, contemplando não só a remuneração, mas também a saúde ocupacional, segurança e equidade nas relações de trabalho, acompanhando os desafios do mundo contemporâneo.

Efeitos físicos e mentais da jornada noturna

Um estudo da Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS) revela que muitos profissionais de enfermagem optam pelo trabalho noturno não apenas por necessidade financeira, mas também para conseguir organizar melhor seu tempo durante o dia, conciliando estudos, cuidados familiares e outras atividades pessoais. Essa flexibilidade torna o turno noturno uma alternativa atraente diante das múltiplas demandas e da sobrecarga enfrentada por esses profissionais.

8375

Apesar das vantagens em termos de organização do tempo, o trabalho noturno traz prejuízos significativos à saúde física e psicológica, como alterações no ritmo circadiano, distúrbios do sono, fadiga e dificuldades de socialização. Esses efeitos comprometem tanto o desempenho profissional quanto a qualidade de vida dos trabalhadores, o que reforça a necessidade de discutir melhores condições laborais e estratégias de proteção para esses profissionais que dependem do adicional noturno.

Além disso, pesquisas indicam que o trabalho noturno está associado a problemas como depressão, ansiedade e doenças cardiovasculares, especialmente em trabalhadores de baixa renda, que enfrentam dificuldades para acessar cuidados médicos adequados. A precariedade das condições de trabalho e a vulnerabilidade social agravam os impactos negativos da jornada noturna, ressaltando a importância de políticas públicas que promovam a saúde e o bem-estar desses trabalhadores.

A reforma trabalhista de 2017 e seus reflexos no trabalho noturno

A reforma trabalhista de 2017, por meio da Lei nº 13.467/2017, promoveu mudanças significativas na Consolidação das Leis do Trabalho (CLT), afetando diversas formas de prestação de serviços, incluindo o trabalho noturno. Embora a definição legal do trabalho noturno (artigo 73 da CLT) não tenha sido alterada, as novas disposições legislativas impactaram diretamente os trabalhadores que exercem suas atividades nesse período, sobretudo pela maior flexibilização das condições laborais.

Uma das mudanças mais importantes foi a ampliação da prevalência do negociado sobre o legislado, prevista no artigo 611-A da CLT, permitindo que acordos coletivos definam aspectos como jornada, descanso e remuneração. Essa flexibilização pode resultar na pactuação de turnos noturnos e condições potencialmente menos favoráveis para o trabalhador, mesmo diante da garantia constitucional de remuneração superior para o trabalho noturno. Além disso, a adoção do regime intermitente possibilita contratações esporádicas, inclusive para turnos noturnos, fragilizando a estabilidade e a proteção tradicionalmente asseguradas.

Outra alteração relevante foi a incorporação da jornada 12x36, antes restrita a categorias específicas, autorizando sua pactuação por acordo individual escrito. Essa mudança afeta setores como saúde e segurança, que frequentemente trabalham em turnos noturnos, e pode enfraquecer a capacidade de negociação dos trabalhadores. Embora o percentual do adicional noturno e o seu conceito não tenham sido alterados, a reforma criou um ambiente mais permissivo para a flexibilização de direitos, exigindo uma análise crítica para garantir a proteção efetiva da saúde, segurança e remuneração justa aos trabalhadores noturnos, em consonância com os princípios constitucionais da dignidade humana e valorização do trabalho.

8376

A desigualdade na compensação: análise socioeconômica

A Consolidação das Leis do Trabalho (CLT), instituída pelo Decreto-lei nº 5.452/1943, estabelece normas para regular as relações de trabalho no Brasil, buscando garantir direitos mínimos aos trabalhadores. Entre esses direitos, destaca-se o adicional noturno, fixado em 20% sobre o valor da hora diurna, como forma de compensação pelo desgaste físico e mental decorrente do trabalho em horários prejudiciais à saúde. No entanto, a aplicação uniforme desse percentual não considera as diferentes realidades econômicas dos trabalhadores, gerando uma desigualdade prática na compensação financeira.

Essa uniformidade faz com que trabalhadores de baixa renda, mesmo expostos aos mesmos riscos do trabalho noturno, recebam valores absolutos menores, o que aprofunda as disparidades socioeconômicas. Estudos apontam que o trabalho noturno acarreta prejuízos à saúde, como distúrbios do sono, doenças cardiovasculares e transtornos psicológicos, especialmente agravados para os trabalhadores mais vulneráveis, que enfrentam maiores dificuldades de acesso a cuidados médicos. Assim, o adicional atual mostra-se insuficiente para compensar os danos reais sofridos por esses profissionais.

Diante desse cenário, torna-se essencial repensar a política de compensação do trabalho noturno a partir de uma perspectiva de justiça social e equidade, respeitando o princípio constitucional da dignidade da pessoa humana. Isso implica a criação de um modelo de adicional que leve em conta as faixas salariais e as condições socioeconômicas, promovendo um tratamento justo e efetivo. Afinal, a verdadeira igualdade no Direito exige reconhecer e ajustar as desigualdades para garantir que o trabalho noturno não se torne instrumento de perpetuação da pobreza, mas sim de valorização e desenvolvimento humano.

FUNDAMENTAÇÃO CONSTITUCIONAL

O adicional noturno possui sólida fundamentação constitucional, estando diretamente vinculado à proteção da dignidade da pessoa humana, princípio fundamental previsto no artigo 1º, inciso III, da Constituição Federal de 1988. Essa proteção é reforçada pelo reconhecimento do valor social do trabalho, que orienta a ordem econômica e social brasileira, conforme os artigos 1º, inciso IV, e 170. De maneira clara, o artigo 7º, inciso IX, assegura aos trabalhadores a remuneração superior para o trabalho noturno, legitimando o adicional como forma de compensar os desgastes físicos e mentais decorrentes da atividade em horários biologicamente inadequados. Tal direito ainda se relaciona ao artigo 6º, que reconhece a saúde como direito social, e ao artigo 7º, inciso XXII, que prevê a redução dos riscos do trabalho por meio de normas de segurança e higiene.

No âmbito infraconstitucional, a Consolidação das Leis do Trabalho (CLT) regulamenta esse direito no artigo 73, estabelecendo que o trabalho noturno urbano, realizado entre 22h e 5h, deve ser remunerado com um adicional mínimo de 20% sobre a hora diurna. A CLT também determina que a hora noturna tenha duração reduzida, sendo computada como 52 minutos e 30 segundos, reforçando a compensação pelo esforço adicional exigido nesse período. A jurisprudência do Tribunal Superior do Trabalho (TST) reconhece o caráter

indisponível desse direito, garantindo seu pagamento mesmo em situações de jornadas mistas ou compensações irregulares, em respeito ao princípio da norma mais favorável. Assim, o adicional noturno representa não apenas um direito remuneratório, mas a concretização de valores constitucionais essenciais à justiça social, à valorização do trabalho humano e à preservação da saúde do trabalhador.

Princípio da dignidade da pessoa humana (art. 1º, III, CF/88)

O princípio da dignidade da pessoa humana ocupa posição central na Constituição Federal de 1988, sendo um dos fundamentos do Estado Democrático de Direito (art. 1º, III). No âmbito do Direito do Trabalho, esse princípio adquire contornos ainda mais relevantes, na medida em que as relações laborais envolvem diretamente a proteção à integridade física e psíquica do trabalhador. Um exemplo claro da aplicação desse princípio é o reconhecimento do adicional noturno, previsto no artigo 73 da Consolidação das Leis do Trabalho (CLT), como forma de compensar os impactos do labor em horário biologicamente adverso.

Trabalhar no período noturno impõe riscos e desgastes maiores à saúde do empregado. A Organização Mundial da Saúde (OMS) reconhece que o trabalho em turnos, especialmente à noite, pode provocar distúrbios no sono, fadiga, alterações metabólicas e até doenças cardiovasculares. Nesse contexto, o adicional noturno não é apenas um benefício de natureza pecuniária, mas uma expressão do reconhecimento jurídico da vulnerabilidade do trabalhador submetido a essa condição especial de jornada.

8378

Segundo Delgado (2022), “o adicional noturno representa uma compensação de ordem ética e sanitária, além de econômica, refletindo a preocupação do ordenamento jurídico com a saúde e a dignidade do trabalhador”. Assim, o pagamento desse adicional deve ser entendido como instrumento de efetivação da dignidade da pessoa humana, pois visa mitigar os prejuízos à saúde e à vida familiar/social do empregado que labora em horários noturnos.

A dignidade da pessoa humana, portanto, exige que o trabalhador não seja tratado como mero meio de produção, mas como sujeito de direitos, com atenção especial às condições de trabalho que impactam diretamente sua qualidade de vida. O adicional noturno, nesse viés, é medido de justiça social e respeito à dignidade, razão pela qual seu descumprimento pelo empregador configura grave violação aos direitos fundamentais do trabalhador.

Isto posto, denota-se a imprescindibilidade que o adicional noturno seja salvaguardado não somente a título de obrigação legal, contudo como um direito fundamental derivado

daquele que reza a dignidade humana, norteando toda a interpretação e aplicação das normas trabalhistas no direito pátrio.

Justiça social e redução das desigualdades (art. 3º, I, II e III, CF/88)

O trabalho noturno impõe desafios à saúde física e mental do trabalhador, interferindo diretamente em seu relógio biológico, sua vida social e familiar. A Organização Mundial da Saúde (OMS) reconhece que o trabalho em turnos noturnos está associado a riscos aumentados de distúrbios do sono, problemas cardiovasculares e transtornos metabólicos. Diante desse contexto, o artigo 73 da Consolidação das Leis do Trabalho (CLT) estabelece que o labor noturno urbano — compreendido entre 22h e 5h — deve ser remunerado com um adicional de, no mínimo, 20% sobre a hora diurna.

Essa norma não se deve haver interpretada tão somente sob o viés técnico da remuneração, sobretudo como parte de uma política compensatória orientada pela justiça social, princípio que, segundo Dallari (2005), “consiste na busca pela equidade na distribuição de bens, direitos e oportunidades, especialmente em favor dos mais vulneráveis”. Nesse sentido, o adicional noturno funciona como um instrumento de mitigação de desigualdades materiais entre trabalhadores, uma vez que incide com maior frequência sobre categorias mais vulneráveis da população trabalhadora, como vigilantes, operários industriais, profissionais da limpeza e motoristas — setores geralmente marcados por menores salários e maior exposição a riscos.

8379

Ao estabelecer como objetivo do Estado, a redução das desigualdades sociais e regionais, o artigo 3º da Constituição impõe um dever àquele de estruturar políticas que promovam compensações a essas disparidades estruturais. Conforme observa Delgado (2022), “o adicional noturno é expressão concreta da função compensatória do Direito do Trabalho, evidenciando sua natureza protetiva e distributiva”. Assim, o respeito a esse direito trabalhista básico contribui não apenas para o bem-estar individual, mas também para a justiça distributiva e a coesão social.

Proporcionalidade, isonomia e equidade

A proporcionalidade, princípio implícito no ordenamento jurídico brasileiro, determina que os meios utilizados pelo Estado — inclusive no campo normativo — devem ser adequados, necessários e proporcionais em sentido estrito em relação aos fins almejados. No contexto do

adicional noturno, isso significa que a compensação oferecida ao trabalhador deve ser suficiente para reparar os ônus específicos do trabalho em horário biologicamente adverso. Como destaca Barroso (2009), “o princípio da proporcionalidade atua como critério de controle da razoabilidade das normas e medidas estatais”, e seu desrespeito pode acarretar violações a direitos fundamentais. Assim, uma remuneração noturna que não reflita adequadamente o desgaste físico e social do trabalhador seria materialmente inconstitucional por desproporcionalidade.

A isonomia, prevista no artigo 5º, caput, da Constituição Federal, não exige tratamento uniforme, mas sim justo. Trata-se da chamada isonomia material, que exige considerar as desigualdades de fato. No caso do trabalho noturno, a isonomia legitima a diferenciação positiva — ou seja, o tratamento mais vantajoso ao trabalhador noturno — como forma de compensação por condições mais penosas. Nesse sentido, destaca-se a lição de Celso Antônio Bandeira de Mello (2011): “Tratar igualmente os iguais e desigualmente os desiguais na medida em que se desigalam é, pois, a própria essência da justiça.” A concessão de adicional noturno atende exatamente a esse princípio: trata desigualmente quem se encontra em situação de maior sacrifício físico e social, garantindo-lhes uma compensação diferenciada.

A equidade é um conceito fundamental do Direito que busca corrigir a rigidez das normas pela ponderação das circunstâncias concretas. No campo trabalhista, a equidade atua como vetor interpretativo que permite ajustar às normas à realidade dos trabalhadores, especialmente os mais vulneráveis. De acordo com Delgado (2022), “a equidade permite que o Direito do Trabalho se aproxime da justiça social, corrigindo distorções que a aplicação literal da norma poderia perpetuar”. Aplicada ao adicional noturno, a equidade justifica a existência do benefício como uma forma de distribuição mais justa dos encargos do trabalho, principalmente quando se considera que são os trabalhadores com menor qualificação e renda que, em sua maioria, enfrentam as jornadas noturnas.

A análise do adicional noturno sob a ótica dos princípios da proporcionalidade, isonomia e equidade reforça seu papel essencial na promoção de uma ordem trabalhista mais justa. Trata-se de um mecanismo que visa compensar o desgaste físico, mental e social decorrente da jornada noturna, respeitando o imperativo constitucional de proteção à dignidade do trabalhador. Ignorar esses princípios seria não apenas injusto, mas inconstitucional. A adequada observância desses fundamentos normativos é, portanto, indispensável para a efetivação da justiça nas

relações de trabalho, contribuindo para o equilíbrio entre capital e trabalho e para a construção de uma sociedade verdadeiramente solidária e igualitária.

Inconstitucionalidade material e/ou omissiva da norma atual

No ordenamento jurídico brasileiro, o direito ao adicional noturno deve ser concretizado por meio de norma infraconstitucional que respeite a dignidade da pessoa humana e a valorização do trabalho, conforme disposto nos artigos 1º, incisos III e IV, da Constituição Federal. Contudo, a Consolidação das Leis do Trabalho (CLT), especialmente no artigo 73, fixa um adicional mínimo de 20% para o trabalho noturno urbano, mas essa norma não se aplica uniformemente a servidores públicos nem contempla todas as categorias de trabalhadores, gerando questionamentos sobre omissão legislativa parcial e violação do princípio da isonomia (art. 5º da CF). Essa desigualdade de tratamento entre trabalhadores em condições similares configura uma inconstitucionalidade por omissão, segundo José Afonso da Silva.

Além disso, o percentual fixo de 20% pode ser considerado materialmente inconstitucional diante do avanço das pesquisas e da maior compreensão dos impactos negativos do trabalho noturno para a saúde, como evidenciado por estudos da Organização Mundial da Saúde que associam a prática a riscos graves, incluindo o câncer. A fixação desse adicional sem considerar esses riscos viola o princípio da vedação ao retrocesso social, pois não oferece proteção adequada ao trabalhador noturno, comprometendo a efetividade dos direitos fundamentais à saúde, dignidade e segurança no trabalho previstos na Constituição.

8381

Por fim, o adicional noturno deve ser entendido não apenas como uma compensação financeira, mas como uma medida protetiva da saúde e do bem-estar do trabalhador, exigindo interpretação alinhada aos direitos fundamentais, como a dignidade humana, o valor social do trabalho e a redução dos riscos inerentes à atividade laboral. A omissão ou inadequação da legislação pode ser objeto de controle pelo Supremo Tribunal Federal, que reconhece o controle por omissão legislativa em face da inércia do Estado em regulamentar direitos fundamentais. Assim, a norma vigente sobre o adicional noturno está sujeita a revisão legislativa ou judicial para assegurar a proteção eficaz dos trabalhadores.

ANÁLISE CRÍTICA DA COMPENSAÇÃO FIXA E SEUS IMPACTOS PRÁTICOS

A análise crítica, nesse sentido, não é apenas de ordem econômica, mas constitucional, pois fere o princípio da isonomia material e da função social do trabalho (art. 1º, III, e art. 170, III, da CF/88).

Outro aspecto negligenciado pela legislação é o dano cumulativo à saúde dos trabalhadores noturnos. Diversos estudos demonstram que a exposição constante a jornadas noturnas está diretamente relacionada ao aumento de doenças cardiovasculares, distúrbios metabólicos, transtornos mentais e redução da expectativa de vida (IPEA, 2020). Ainda assim, o adicional mantém-se desvinculado de qualquer política pública de saúde preventiva, como exames médicos periódicos, apoio psicológico ou redução da jornada. A Organização Internacional do Trabalho (2020, p. 84) destaca que “a compensação pelo trabalho noturno não pode ser exclusivamente financeira; deve estar associada a políticas de proteção sanitária e de recuperação física e social”. No plano comparado, países com tradição social-democrata adotam modelos compensatórios dinâmicos e mais justos.

Dessa forma, a manutenção do adicional noturno com percentual fixo representa um modelo normativo ultrapassado, insensível à complexidade das condições de trabalho e às disparidades estruturais do Brasil. Em vez de cumprir uma função protetiva, ele cristaliza desigualdades, compromete o direito fundamental à saúde e banaliza o princípio da dignidade do trabalhador. Como argumenta Antunes (2020, p. 132), “o direito do trabalho deve enfrentar a desigualdade como pressuposto de sua existência, não como elemento neutro; ignorá-la é falhar em sua missão histórica”.

8382

Ineficiência do adicional fixo frente às desigualdades

Embora represente um marco histórico na proteção à saúde do trabalhador noturno, sua estrutura rígida e uniforme ignora as profundas disparidades econômicas, regionais e ocupacionais do mercado de trabalho brasileiro, tornando-se, em muitos casos, ineficaz como instrumento de justiça social e redistribuição de renda.

A legislação atual presume que um único percentual seja suficiente para compensar igualmente todos os trabalhadores pelos efeitos nocivos da jornada noturna. Contudo, essa homogeneidade desconsidera a realidade de milhões de trabalhadores em condições precárias, especialmente os que recebem salários próximos ao mínimo legal. Como aponta Lima e Rocha

(2021, p. 83), “a uniformização do adicional noturno perpetua desigualdades ao tratar como equivalentes realidades laborais profundamente distintas”. Na prática, o valor nominal do adicional noturno de um trabalhador que recebe um salário mínimo (R\$ 1.412,00 em 2025) equivale a menos de R\$ 2 por hora, o que se mostra irrisório frente ao custo social e biológico do trabalho noturno. Enquanto isso, trabalhadores de alta renda — por exemplo, profissionais da saúde ou do setor público — recebem adicionais proporcionalmente maiores, ainda que eventualmente expostos a menos precariedades. Essa contradição revela a distorção redistributiva do modelo atual, que, ao não incorporar a seletividade e a progressividade como critérios normativos, falha em promover a equidade material.

Do ponto de vista constitucional, a norma infraconstitucional do adicional noturno também se mostra desconectada dos princípios que regem a ordem social trabalhista. O artigo 7º, inciso IX, da Constituição Federal, ao prever “remuneração do trabalho noturno superior à do diurno”, deve ser interpretado à luz da dignidade da pessoa humana (art. 1º, III) e da função social do trabalho (art. 170, III). Para Delgado (2017, p. 346), “a interpretação constitucional exige que o adicional noturno cumpra função protetiva com efetividade, sob pena de se tornar apenas uma formalidade inócua”.

Ademais, a Organização Internacional do Trabalho (OIT), em seu relatório de 2020, enfatiza que políticas de compensação noturna devem considerar múltiplas dimensões, como a intensidade da jornada, o impacto na saúde, a situação familiar e a renda do trabalhador. Segundo o documento: “A uniform night work premium fails to address the needs of the most vulnerable workers and may reinforce existing patterns of income inequality” (ILO, 2020, p. 79). Outro ponto crítico é a ausência de vinculação do adicional noturno a políticas públicas complementares.

8383

Trabalhadores noturnos frequentemente enfrentam maior dificuldade de acesso a serviços básicos como transporte, alimentação saudável e atendimento médico noturno, o que agrava os efeitos da jornada e aumenta a vulnerabilidade social. A fixação legal do percentual, sem margem para ajustes por convenções coletivas mais protetivas ou critérios de progressividade, cristaliza uma lógica minimalista de proteção social.

Impactos para trabalhadores de baixa renda

O adicional noturno representa não apenas uma compensação pelo desgaste físico e mental decorrente da jornada realizada em horário biologicamente adverso, mas também um

acréscimo relevante na renda dos trabalhadores, especialmente daqueles situados nas camadas de baixa renda. No Brasil, o art. 7º, inciso IX, da Constituição Federal garante esse direito, reconhecendo a necessidade de tratamento diferenciado em razão das condições mais gravosas do trabalho noturno.

Os impactos práticos dessa norma evidenciam sua ineficiência na proteção efetiva do trabalhador, especialmente frente às desigualdades sociais e econômicas que marcam o mercado de trabalho brasileiro. O primeiro ponto crítico está na padronização do percentual compensatório, que ignora as variações profundas entre diferentes categorias profissionais, regiões do país e níveis salariais. O adicional noturno é o mesmo para um trabalhador que exerce atividade braçal em ambiente insalubre e para um profissional com renda elevada em condições de menor exposição ao risco.

Como destaca Delgado (2017, p. 347), “a fórmula fixa do adicional desconsidera o princípio da equidade, uma vez que iguala situações absolutamente desiguais, contrariando a lógica distributiva da norma trabalhista”. Essa uniformidade legal revela-se especialmente ineficaz para os trabalhadores de baixa renda, para os quais o adicional noturno representa um acréscimo irrisório diante dos custos indiretos da jornada noturna, como alimentação em horários alternativos, transporte fora do horário de pico e maior desgaste físico e mental. Lima e Rocha (2021, p. 91) apontam que “o adicional noturno, tal como instituído, torna-se simbólico para os que mais dependem dele, agravando a seletividade do sofrimento laboral noturno nas camadas mais vulneráveis da classe trabalhadora”.

8384

Além disso, o efeito prático da norma revela-se regressivo. Enquanto trabalhadores com rendimentos elevados acumulam valores proporcionais mais significativos de adicional noturno, os assalariados de base recebem quantias insuficientes, gerando uma inversão da lógica protetiva. Essa disparidade também esvazia o potencial do adicional como mecanismo de redistribuição de renda, transformando-o em um mero acessório jurídico.

Para os trabalhadores de baixa renda, que frequentemente ocupam postos de trabalho com menor qualificação e alta rotatividade, o adicional noturno pode representar uma parcela significativa de sua remuneração mensal. De acordo com estudo de Souza e Silva (2019), “o adicional noturno chega a representar até 25% da remuneração mensal líquida de trabalhadores do setor de serviços, especialmente nas áreas de vigilância, transporte e limpeza urbana”. Esses trabalhadores, em sua maioria, não possuem margem financeira para abrir mão de qualquer

parcela remuneratória, o que os torna mais vulneráveis a escalas excessivas e à precarização das condições de trabalho noturno.

Como argumenta Antunes (2018), “a intensificação da lógica neoliberal no mercado de trabalho empurrou milhares de trabalhadores pobres para as jornadas noturnas como única alternativa”. É preciso observar que a simples existência do adicional não supre outras garantias mínimas, como o acesso a cuidados com a saúde e o direito ao descanso. De fato, estudos recentes apontam que trabalhadores noturnos de baixa renda apresentam maior incidência de distúrbios do sono, doenças cardiovasculares e transtornos psíquicos.

Comparativo do adicional noturno no Brasil com outros países

Conforme se observa no âmbito internacional, depreende-se uma grande diversidade de abordagens quanto ao trabalho noturno, tanto em relação ao período considerado noturno quanto à compensação financeira. Na França, a legislação estabelece que o trabalho noturno, compreendido entre 21h e 6h, deve ter, obrigatoriamente, contrapartidas em forma de descanso ou compensação salarial. Segundo o *Code du travail*, artigo L3122-42, “*tout travail entre 21 heures et 6 heures est considéré comme travail de nuit et doit faire l'objet de contreparties sous forme de repos compensateur et, le cas échéant, de compensation salariale*” (FRANÇA, 2023). Nos Estados Unidos, por sua vez, inexistente uma norma federal que imponha o pagamento obrigatório de adicional noturno. A *Fair Labor Standards Act* (FLSA) apenas exige o pagamento de horas extras, mas não impõe adicional noturno, salvo se acordado em convenção coletiva ou contrato.

8385

Como aponta Bamber et al. (2011, p. 102), “the U.S. labor system is highly decentralized, and wage differentials for night shifts are largely a matter of private bargaining”. Em países nórdicos, como a Suécia, observa-se um modelo ainda mais protetivo. A jornada noturna é estritamente regulada e exige acompanhamento médico regular, sendo o adicional noturno negociado coletivamente, geralmente com percentuais superiores a 30%. Segundo a European Foundation for the Improvement of Living and Working Conditions (2020), “night work in Sweden is subject to stricter rules concerning duration, rest periods, and health checks, reflecting a preventive approach to occupational health”.

Portanto, a análise comparativa revela que, embora o Brasil tenha uma proteção mínima assegurada legalmente, seu modelo se mostra aquém de países que associam o trabalho noturno não apenas a compensações monetárias mais robustas, mas também a políticas de saúde ocupacional e descanso compensatório. Tal disparidade evidencia a necessidade de revisar e

aperfeiçoar a legislação brasileira à luz dos princípios constitucionais da dignidade humana e da valorização do trabalho.

Estudos de caso e setores mais afetados pelo trabalho noturno

A análise do impacto do trabalho noturno não decorre de uma abordagem empírica, que considere os setores mais atingidos por esse regime de jornada e os efeitos concretos sobre a saúde, a renda e a vida social dos trabalhadores. Embora o adicional noturno tenha sido concebido como compensação por essas condições adversas, a realidade revela que ele se mostra insuficiente para os segmentos mais expostos, especialmente os de baixa renda e alta rotatividade.

Setores como saúde, segurança pública, transporte, limpeza urbana, telemarketing e indústria alimentícia concentram grande parte dos trabalhadores em regime noturno. Segundo levantamento do Instituto de Pesquisa Econômica Aplicada (IPEA, 2020), “os trabalhadores noturnos estão sobre-representados nos serviços essenciais e nas atividades operacionais, geralmente com menores salários, baixa escolaridade e menor proteção sindical”. Isso evidencia uma correlação entre trabalho noturno e vulnerabilidade social.

Na área da saúde, técnicos e auxiliares de enfermagem — majoritariamente mulheres — enfrentam jornadas de 12x36 em hospitais públicos e privados, com impacto direto sobre sua saúde física e mental. Um estudo de caso realizado por Oliveira et al. (2021) com profissionais da enfermagem em unidades de pronto atendimento revelou que “85% dos entrevistados relataram distúrbios do sono, 67% apresentavam sinais de exaustão emocional, e apenas 12% consideravam o adicional noturno financeiramente compensador”.

Outro setor crítico é o de limpeza urbana, onde o trabalho noturno é predominante devido à necessidade de manter as vias públicas e centros comerciais limpos sem interferência na mobilidade urbana. Trabalhadores desse segmento, segundo Silva (2019), estão sujeitos a múltiplas formas de precarização: “salários mínimos, turnos exaustivos, exposição à violência urbana e ausência de assistência em saúde ocupacional”.

No ramo do transporte coletivo noturno, motoristas e cobradores enfrentam jornadas em horários de maior insegurança, com pausas mal distribuídas e forte pressão por produtividade. Estudo da Fundação Seade (2020) aponta que “trabalhadores do transporte noturno registram o dobro da taxa de afastamento por transtornos psíquicos em relação aos do período diurno”.

O trabalho industrial em turnos, comum em frigoríficos, metalúrgicas e refinarias, também impõe exigências extremas ao organismo humano. A produção ininterrupta exige revezamentos em ciclos curtos e repetitivos, afetando o metabolismo e o convívio familiar. A OIT (2020) destaca que “os trabalhadores industriais noturnos tendem a desenvolver doenças crônicas mais cedo e apresentam maior rotatividade funcional, sobretudo em países com baixa regulação do descanso compensatório”.

Esses estudos de caso revelam um denominador comum: os setores mais afetados pelo trabalho noturno concentram trabalhadores com menor poder de barganha, que recebem baixos salários e que não têm condições de recusar ou negociar as condições de jornada. Nesse sentido, o adicional noturno fixo é vivenciado não como um direito protetivo, mas como um elemento quase compulsório da remuneração, cuja manutenção da renda depende da exposição contínua ao risco.

Tais evidências demonstram que o modelo compensatório atual não dialoga com a realidade empírica dos setores mais afetados, reproduzindo desigualdades estruturais e naturalizando a precarização. Como afirmam Lima e Rocha (2021, p. 92), “o trabalho noturno, nos moldes atuais, está longe de ser uma escolha: para os mais pobres, ele é uma imposição econômica mascarada de oportunidade”.

8387

PROPOSTAS DE MELHORIA LEGISLATIVA

A CLT, em seu art. 73, dispõe que o trabalho noturno urbano, realizado entre 22h e 5h, deve ser remunerado com um adicional de no mínimo 20% sobre a hora diurna. No entanto, essa regra tem sido alvo de críticas. Segundo Delgado (2020), “a fixação do percentual mínimo de 20% como adicional noturno se mostra defasada, considerando os impactos à saúde do trabalhador noturno”. Além disso, a hora noturna reduzida (52 minutos e 30 segundos) não se aplica ao trabalho rural da mesma forma, gerando desigualdades.

Algumas propostas podem gerar discussões em sede de para atualização da atual legislação. Cabe destacar: a uniformização do horário noturno, uma vez que, atualmente na legislação trabalhista há distinção entre o trabalho noturno urbano (22h–5h) e o rural (diferenciado entre lavoura e pecuária). Um projeto de unificação poderia evitar insegurança jurídica e reforçar a isonomia. Destarte, neste sentido a padronização do conceito de trabalho noturno decorre de uma imprescindibilidade à consolidação de um direito do trabalho mais igualitário e moderno. Prezando pelo princípio da dignidade da pessoa humana e da isonomia.

Adicional progressivo conforme renda ou setor

A rigidez normativa do adicional noturno fixo de 20%, conforme previsto no artigo 73 da Consolidação das Leis do Trabalho (CLT), acaba por tornar-se um tanto quanto insuficiente concernente à complexidade das condições laborais e das desigualdades sociais que atravessam o mercado de trabalho brasileiro. Diante desse contexto, propõe-se a adoção de um modelo de adicional noturno progressivo, fundado na lógica da justiça distributiva, na equidade material e na proteção constitucional à saúde, à dignidade e à valorização do trabalho humano.

A ideia central do modelo progressivo consiste em graduar o percentual do adicional noturno conforme critérios objetivos, como: a faixa salarial do trabalhador; a natureza da atividade (braçal ou intelectual); o grau de insalubridade ou penosidade da função; e a frequência e duração da jornada noturna. Tal proposta busca romper com a lógica linear da CLT e alinhar-se ao princípio da isonomia material consagrado no artigo 5º, caput, da Constituição Federal, segundo o qual "todos são iguais perante a lei, sem distinção de qualquer natureza", mas devendo o tratamento legal considerar as desigualdades de fato.

Delgado (2017, p. 348) assevera que “a uniformidade do adicional noturno, embora funcionalmente simples, não atende à realidade diversa das relações de trabalho, violando o princípio da justiça distributiva e a proteção diferencial do trabalho noturno”. Nesse contexto, a progressividade emerge como resposta normativa mais compatível com os princípios do Direito do Trabalho, cuja vocação é protetiva, desigual e compensatória por essência. A progressividade já é realidade em outros institutos do ordenamento jurídico trabalhista brasileiro, como o adicional de periculosidade e de insalubridade, que variam de acordo com a exposição ao risco.

De modo semelhante, o adicional noturno poderia ser reestruturado para variar, por exemplo, entre 20% e 50%, conforme parâmetros previamente definidos em legislação ou em negociação coletiva. Tal medida também estaria em consonância com o artigo 7º, inciso XXVI, da CF/88, que prestigia os instrumentos coletivos de trabalho como meio de aperfeiçoar direitos laborais. A proposta também encontra respaldo em modelos internacionais. Na Alemanha, o adicional noturno pode variar entre 25% e 40%, conforme previsto em acordos coletivos e considerando a penosidade da função.

A Organização Internacional do Trabalho (OIT) recomenda que “a compensação pelo trabalho noturno seja suficientemente flexível para atender às particularidades setoriais, mas sempre garantindo parâmetros mínimos de proteção à saúde e à renda do trabalhador”.

Sob o ponto de vista prático, a progressividade também teria o mérito de combater a regressividade do modelo atual, segundo o qual trabalhadores de baixa renda, justamente os mais dependentes do adicional noturno, recebem valores nominais quase simbólicos. Lima e Rocha (2021, p. 93) reforçam que “o adicional progressivo representa um mecanismo de correção das desigualdades intra e intersetoriais, ampliando o papel redistributivo do Direito do Trabalho”.

Ademais, cumpre salientar que a progressividade do adicional noturno se alinha aos princípios constitucionais da dignidade da pessoa humana (art. 1º, III), da valorização do trabalho (art. 1º, IV) e da isonomia material (art. 5º, caput). Em sede de matéria trabalhista, esses princípios exigem tratamento desigual aos desiguais, considerando suas condições socioeconômicas, os riscos da atividade e os impactos psicofísicos da jornada.

A instituição do adicional noturno progressivo representa uma evolução normativa compatível com a Constituição Federal, com a realidade do mercado de trabalho e com os compromissos internacionais assumidos pelo Brasil. Mais do que uma alteração técnica, trata-se de uma releitura do trabalho noturno sob a ótica da justiça social, da equidade e da proteção efetiva à saúde dos trabalhadores mais vulneráveis. O modelo fixo atual, além de insuficiente, consolida desigualdades estruturais. A progressividade é, portanto, não apenas uma proposta de melhoria, mas uma exigência de justiça distributiva no século XXI.

Outras formas de compensação: redução de jornada, descanso diferenciado etc

A compensação pelo trabalho noturno no Brasil, centrada quase exclusivamente no pagamento do adicional de 20% sobre a hora diurna (art. 73 da CLT), apresenta-se limitada a despeito das múltiplas consequências psicofisiológicas e sociais desse regime de jornada. Nesse panorama propõe-se uma abordagem lato sensu, que considere outras formas de compensação ao trabalho noturno, lançando mão do direito comparado, já que medidas semelhantes são adotadas em legislações estrangeiras e em acordos coletivos nacionais, tais como a redução da jornada, concessão de descanso diferenciado, rodízio de turnos e políticas de saúde ocupacional específicas.

É mister admitir que a legislação pátria já incorpora de uma forma indireta de compensação temporal ao estabelecer que a hora noturna equivale a 52 minutos e 30 segundos (CLT, art. 73, § 1º), reduzindo o tempo efetivo de trabalho noturno. No entanto, essa redução é uniforme e não leva em conta a intensidade ou frequência da exposição noturna, tampouco o tipo de atividade exercida.

Nesse contexto, cumpre ressaltar que modelos internacionais atingem medidas além; como a legislação espanhola, conforme o *Estatuto de los Trabajadores* (art. 36), prevê limite máximo de 8 horas por turno noturno contínuo, salvo exceções, com foco na proteção da saúde. Já na França, há exigência de que empresas com trabalho noturno contínuo ofereçam reduções de jornada e períodos de descanso proporcional à frequência da atividade noturna.

Outra forma de medida que uma vez adotada, pode vir a tornar-se uma via de compensação eficiente é a concessão de pausas diferenciadas e descanso suplementar aos trabalhadores noturnos. Em diversos acordos coletivos nacionais — especialmente no setor de saúde e transporte — já se observa a previsão de intervalos mais frequentes, descanso semanal em turnos alternados e até folgas compensatórias por plantões noturnos sucessivos.

Segundo estudo de Araújo e Griep (2019), trabalhadores da área hospitalar que recebem folgas a cada dois plantões noturnos relatam menor índice de estresse e maior adesão à função, em comparação com aqueles que trabalham em ciclos longos sem compensações. Isso demonstra que o descanso é percebido como forma de valorização e proteção do trabalhador, muitas vezes mais efetiva do que o aumento salarial.

8390

A hora ficta noturna representa um avanço normativo histórico, mas sua aplicação é uniforme e ignora a desigualdade entre trabalhadores que trabalham ocasionalmente à noite e aqueles submetidos à jornada noturna em caráter habitual ou permanente. A doutrina crítica, como Godinho Delgado (2017, p. 351), ressalta que “a simples aplicação da hora reduzida não traduz uma compensação adequada, pois não considera as múltiplas formas de desgaste impostas pelas jornadas irregulares, contínuas ou em revezamento”.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A presente pesquisa teve como objetivo analisar criticamente a eficácia do adicional noturno de 20% previsto no artigo 73 da CLT, sob a ótica dos princípios constitucionais da dignidade da pessoa humana e da justiça social, especialmente após a reforma trabalhista de 2017. A investigação confirmou a hipótese de que a aplicação uniforme desse percentual, sem

considerar as desigualdades socioeconômicas, contribui para a manutenção de condições laborais indignas, particularmente entre trabalhadores de baixa renda. Constatou-se que o valor fixo do adicional, ao ignorar disparidades materiais, é insuficiente para compensar os danos físicos e psíquicos decorrentes do trabalho noturno, revelando-se, portanto, incompatível com os fundamentos constitucionais analisados. Embora o estudo tenha alcançado seus objetivos ao oferecer uma análise crítica consistente e propor alternativas legislativas voltadas à equidade na compensação, reconhece-se a limitação imposta pela ausência de dados empíricos diretos, o que restringe a aplicabilidade prática de algumas conclusões. O foco temporal no período pós-reforma também impediu a exploração de possíveis evoluções normativas ou variações regionais. Diante disso, recomenda-se que pesquisas futuras adotem abordagens empíricas voltadas à realidade dos trabalhadores noturnos em contextos socioeconômicos distintos, além de estudos comparados com legislações internacionais e análises sobre o papel dos sindicatos e das negociações coletivas na efetiva proteção dessa categoria após as mudanças legislativas recentes. Assim, reafirma-se a necessidade de revisão do modelo vigente, de modo a garantir maior justiça material e reconhecimento da dignidade no contexto do trabalho noturno no Brasil.

REFERÊNCIAS

SAAD, José Eduardo; SAAD CASTELO BRANCO, Ana Maria. CLT comentada. 54. ed. São Paulo: Mizuno, 2024.

BARROSO, Luís Roberto. A constitucionalização do direito e suas perspectivas no âmbito administrativo. In: ARAGÃO, Alexandre Santos de; MARQUES NETO, Floriano de Azevedo (coord.). Direito Administrativo e seus novos paradigmas. Belo Horizonte: Fórum, 2012. p. 31-63.

LOPES, Leandro. Adicional noturno, hora ficta e horas extras. JusBrasil, 2025. Disponível em: <https://www.jusbrasil.com.br/artigos/adicional-noturno-hora-ficta-e-horas-extras/3037206827>. Acesso em: 20 abr. 2025.

MAGALHÃES, A. M. M.; DALL'AGNOL, C. M.; MARZIALE, M. H. P. Perfil dos profissionais de enfermagem do turno noturno do Hospital de Clínicas de Porto Alegre. Revista HCPA, Porto Alegre, v. 27, n. 2, p. 13-19, 2007.

AMARAL, Antonio Carlos Ferreira do. Da jornada de trabalho justa como instrumento de efetivação do princípio da dignidade da pessoa humana. 2017. Disponível em: <https://aberto.univem.edu.br/handle/11077/1714>. Acesso em: 29 ago. 2024.

BRASIL. Decreto-Lei n. 5.452, de 1 de maio de 1943. Consolidação das Leis do Trabalho. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/decreto-lei/del5452.htm. Acesso em: 29 ago. 2024.

BRASIL. Constituição da República Federativa do Brasil. Atualizada. São Paulo: Saraiva, 2024.

CAMARGO, Adriana de Souza Alvarenga; MELLO, Fabiane Albuquerque Macedo de. A trajetória dos direitos conquistados e a conjuntura dos direitos garantidos ao empregado doméstico. In: II Congresso Internacional do Grupo Unis. Fundação de Ensino e Pesquisa do Sul de Minas, 2016. Disponível em: <http://repositorio.unis.edu.br/handle/prefix/453>. Acesso em: 29 ago. 2024.

DELGADO, Maurício Godinho. Curso de direito do trabalho. 8. ed. São Paulo: LTr, 2009.

FREITAS, Vânia Vieira de. Flexibilização da jornada de trabalho e o direito à saúde e a dignidade da pessoa humana do trabalhador. 2020. Disponível em: <https://aberto.univem.edu.br/handle/11077/1943>. Acesso em: 2 set. 2024.

JÚNIOR, Edilson Pereira Nobre. O direito e o princípio da dignidade da pessoa humana. Revista de Direito Administrativo, Rio de Janeiro, v. 219, p. 237-251, 2000. Disponível em: <https://periodicos.fgv.br/rda/article/view/47505>. Acesso em: 2 set. 2024.

PAÇO, Tatiane Gonini. A importância do planejamento trabalhista. Disponível em: <https://www.dino.com.br/releases/a-importancia-do-planejamento-trabalhista-dino8903629131/pdf>. Acesso em: 2 set. 2024.

PORTAL R7. Reforma trabalhista vai ampliar as opções de jornada nas empresas. Disponível em: <https://noticias.r7.com/brasil/reforma-trabalhista-vai-ampliar-as-opcoes-de-jornada-nas-empresas-29062022/>. Acesso em: 2 set. 2024.

RAMOS, Carlos Roberto. Pequena Enciclopédia de Moral e Civismo. Revista de Informação Legislativa, Brasília, v. 24, n. 93, p. 67, 1987. Disponível em: <https://www2.senado.leg.br/bdsf/handle/id/181723>. Acesso em: 3 dez. 2024.

LENZA, Pedro. Direito Constitucional Esquematizado. 16. ed. São Paulo: Saraiva, 2012.

SABBAG, Eduardo. Manual de Direito Tributário. 16. ed. São Paulo: Saraiva, 2024.

VILELA, Lucas Barbosa et al. Os impactos da reforma trabalhista sobre o regime de jornada de trabalho 12x36: uma análise sob a ótica do Princípio da Dignidade da Pessoa Humana. 2021. Disponível em: <https://monografias.ufop.br/handle/35400000/3755>. Acesso em: 2 set. 2024.