

**UNIVERSIDADE FEDERAL DE JUIZ DE FORA**  
**CAMPUS GOVERNADOR VALADARES**  
**CURSO DE DIREITO**

**LARISSA FERREIRA FARIA**

**O LAZER E O TRABALHO:**

**Apontamentos para a delimitação do conteúdo essencial do direito ao lazer pela  
limitação do tempo de trabalho**

**Governador Valadares**

**2024**

**LARISSA FERREIRA FARIA**

**O LAZER E O TRABALHO:**

**Apontamentos para a delimitação do conteúdo essencial do direito ao lazer pela  
limitação do tempo de trabalho**

Artigo apresentado à Faculdade de Direito da Universidade Federal de Juiz de Fora Campus Governador Valadares, como requisito parcial para obtenção do grau de Bacharel. Na área de concentração Direito sob orientação do Prof. Dr. Mario Cesar Andrade.

**Governador Valadares  
2024**

**FOLHA DE APROVAÇÃO****LARISSA FERREIRA FARIA****O LAZER E O TRABALHO:**

Apontamentos para a delimitação do conteúdo essencial do direito ao lazer pela limitação do tempo de trabalho

Artigo apresentado à Faculdade de Direito da Universidade Federal de Juiz de Fora, Campus Governador Valadares, como requisito parcial para obtenção do grau de Bacharel. Na área de concentração Direito submetida à Banca Examinadora composta pelos membros:

---

Orientador: Prof. Dr. Mario Cesar da Silva Andrade  
Universidade Federal de Juiz de Fora – UFJF/GV

---

Profª. Dra. Cynthia Lessa da Costa  
Universidade Federal de Juiz de Fora – UFJF/GV

---

Prof. Dr. Jean Filipe Domingos Ramos  
Universidade Federal de Juiz de Fora – UFJF/GV

PARECER DA BANCA

( ) APROVADO

( ) REPROVADO

Governador Valadares, de de 2024.

## **AGRADECIMENTOS**

Agradeço principalmente aos meus pais que sempre lutaram e batalharam pela minha educação em todos esses anos, sempre garantindo que meus estudos fossem a minha prioridade. Agradeço também ao meu irmão por ser quem ele é.

Aos meus colegas de profissão do França Valadares Advogados, em especial aos meus chefes Felipe Valadares e Alan França que me deram a experiência necessária e confiaram no meu potencial.

Aos meus colegas da universidade que compartilharam comigo os bons e maus momentos dessa caminhada.

Agradeço ao meu orientador pela supervisão e seus ensinamentos, bem como a todos os professores que tive o prazer de conhecer em sala de aula.

E agradeço ainda a Deus por me dar forças para continuar.

*“Somente com o reconhecimento do trabalho e do lazer na sua proporcionalidade é que será possível visualizar a promoção da dignidade humana pelo Estado.”*

*Christian Marcello Manãs*

## RESUMO

O presente artigo visa contribuir para a delimitação do direito fundamental ao lazer pela limitação jurídica ao tempo de trabalho do trabalhador. Apesar de sua previsão constitucional expressa, o direito ao lazer ainda carece de melhor definição de seu conteúdo normativo como direito subjetivo e, como tal, imediatamente exigível judicialmente. Buscando contribuir para a superação dessa carência, a pesquisa bibliográfica e qualitativa, de viés crítico-reflexivo, vale-se de fontes doutrinárias, legais e jurisprudenciais, com destaque para as contribuições teóricas sobre o conceito de conteúdo essencial dos direitos fundamentais, como a de Virgílio Afonso da Silva, e a legislação limitadora da jornada de trabalho, a fim de encontrar aportes jurídicos para uma melhor delimitação de um conjunto de posições jurídicas individuais asseguradas pelo direito fundamental ao lazer protegidas contra ponderações. A partir das limitações constitucionais e legais à duração da jornada de trabalho, conclui-se pela compreensão da limitação da jornada de trabalho como, enquanto tempo de não-trabalho, como suporte fático necessário e, portanto, constitucionalmente protegido, para a efetividade mínima do direito ao lazer, sob pena de seu esvaziamento jurídico e da negativa de sua fundamentalidade.

Palavras-chave: Direitos fundamentais. Conteúdo essencial. Direito ao lazer. Jornada de trabalho. Ponderação

## ABSTRACT

This article aims to understand the origin and reasons for the right to leisure and its relationship within the Brazilian legal system, especially with Labor Law. As a parameter for the analysis, we adopt the contribution of Virgílio Afonso da Silva in his work "Fundamental Rights: Essential Content, Restrictions and Effectiveness", regarding the proposed model of factual support and essential content of fundamental rights. With his considerations, we seek to understand and critically analyze the core of the right to leisure within the scope of Labor Law, based on the limitations and restrictions provided by law. In order to understand the provisions, qualitative research, with a comprehensive and critical character, uses legal, doctrinal and jurisprudential sources, with an emphasis on the essential core model proposed by the author of the work. It is concluded that understanding the factual support of fundamental rights in constitutional and sub-constitutional norms is relevant to avoid the complete suppression of the right sought to be protected.

Keywords: Fundamental rights. Essential core. Right to leisure. Labor law.

## SUMÁRIO

<b>1 INTRODUÇÃO</b>	<b>8</b>
<b>2 CONTEÚDO ESSENCIAL DOS DIREITOS FUNDAMENTAIS</b>	<b>9</b>
<b>3 LAZER COMO DIREITO</b>	<b>14</b>
2.1 EVOLUÇÃO DO DIREITO AO LAZER	9
2.2 PREVISÃO CONSTITUCIONAL E LEGAL	12
<b>4 APONTAMENTOS PARA A DELIMITAÇÃO DO DIREITO AO LAZER EM RELAÇÃO COM O DIREITO DO TRABALHO</b>	<b>16</b>
4.1 JORNADA DE TRABALHO	17
4.2 FÉRIAS	22
4.3 REPOUSO SEMANAL REMUNERADO	24
<b>5 CONCLUSÃO</b>	<b>25</b>
<b>REFERÊNCIAS</b>	<b>27</b>

## 1 INTRODUÇÃO

Com a globalização e a necessidade de produção desenfreada para o desenvolvimento do país, a sociedade capitalista surgiu para fomentar a vontade pelo trabalho mediante o pagamento de remuneração pelo serviço prestado.

Enquanto os trabalhadores se forçavam (ou eram forçados) a laborar para os seus empregadores, recebendo ainda que o mínimo para sobrevivência, as razões para a continuidade da vida humana eram postas a prova. Além disso, ao encontrarem a felicidade em seus momentos de intimidade, como a família e amigos, a violação da dignidade humana torna-se cada vez mais aparente, urgindo a necessidade de melhorias para que o sistema capitalista funcionasse com todas as suas forças.

Com o advento da Constituição Federal, em seu artigo 6º, *caput*, trouxe a inovação do lazer enquanto direito social e, embora não haja um regulamento próprio para o mencionado direito fundamental, sua aplicação no Direito brasileiro vem sendo aparente tanto no âmbito normativo quanto na prática com os entendimentos adotados pelos Tribunais (Brasil, 1988).

No caráter legislativo, o direito ao lazer vem orientando a elaboração de políticas públicas para a população, bem como conformando algumas condições de trabalho a fim de garantir melhorias à vida dos trabalhadores brasileiros, no sentido constitucional da dignidade da pessoa humana.

A atuação do direito ao lazer é mais perceptível por meio dos direitos garantidos a partir da consolidação do Direito do Trabalho, entretanto, ainda que essencial para garantir a dignidade, sua justiciabilidade permanece significativamente prejudicada e pendente de desenvolvimento teórico, ensejando a presente pesquisa.

Assim, busca-se identificar parâmetros que permitam uma melhor delimitação de um conteúdo essencial para o direito ao lazer, isto é, um conjunto de alternativas de ação, que, enquanto direitos subjetivos assegurados pelo direito fundamental, possam ser exigidos judicialmente.

Para atingir o objetivo deste projeto de pesquisa, será realizada uma pesquisa qualitativa com caráter compreensivo crítico, analisando as fontes doutrinárias, legais e jurisprudenciais, com destaque para as contribuições teóricas sobre o conceito de conteúdo essencial dos direitos fundamentais, em especial, a partir da obra de Virgílio Afonso da Silva.

Inicialmente, apresenta-se uma sucinta evolução histórica do reconhecimento do lazer como direito, bem como sua delimitação na Constituição Federal de 1988 e na Consolidação das Leis do Trabalho de 1943 (CLT). Em seguida, analisa-se o conceito de conteúdo ou

núcleo essencial dos direitos fundamentais. Posteriormente, são analisados como alguns institutos jurídicos trabalhistas da CLT podem contribuir para a delimitação do conteúdo essencial do direito ao lazer se lidos a partir de uma perspectiva constitucional.

## 2 CONTEÚDO ESSENCIAL DOS DIREITOS FUNDAMENTAIS

Os direitos e garantias fundamentais são normas constitucionais que visam proteger os indivíduos da ação arbitrária do Estado, com fulcro dignidade da pessoa humana. Ao estabelecer esses direitos, a Constituição impõe limites ao poder estatal, garantindo que este atue sempre em respeito à dignidade da pessoa humana.

Como destaca Ferrajoli (2002, p. 123), os direitos fundamentais se distinguem dos demais direitos por serem “invioláveis, irrevogáveis e inderrogáveis”. Isso significa que eles não podem ser violados, revogados ou derogados pelo Estado, nem mesmo por meio de leis ordinárias.”

Contudo, apesar de os direitos fundamentais não poderem ser revogados ou suprimidos, eles não são considerados absolutos. Afinal, a própria necessidade de proteção e promoção dos direitos fundamentais de um titular demanda a restrição das condutas dos demais titulares. Assim, a restringibilidade dos direitos fundamentais é necessária para a proteção desses direitos.

Tal entendimento já restou pacificado perante o nosso ordenamento jurídico, sendo abordado pelo Supremo Tribunal Federal (Brasil, 2000):

Não há, no sistema constitucional brasileiro, direitos ou garantias que se revistam de caráter absoluto, mesmo porque razões de relevante interesse público ou exigências derivadas do princípio de convivência das liberdades legitimam, ainda que excepcionalmente, a adoção, por parte dos órgãos estatais, de medidas restritivas das prerrogativas individuais ou coletivas, desde que respeitados os termos estabelecidos pela própria Constituição. O estatuto constitucional das liberdades públicas, ao delinear o regime jurídico a que essas estão sujeitas – e considerando o substrato ético que as informa -, permite que sobre elas incidam limitações de ordem jurídica, destinadas, de um lado, a proteger a integridade do interesse social e, de outro, a assegurar a coexistência harmoniosa das liberdades, pois nenhum direito ou garantia pode ser exercido em detrimento da ordem pública ou com desrespeito aos direitos e garantias de terceiros

Porém, se é verdade que a relatividade ou restringibilidade é uma característica dos direitos fundamentais, também é necessário que as restrições tenham um limite, sob pena da possibilidade de esvaziamento ou supressão do direito, implicando na sua efetiva negação.

Logo, considerando a necessidade de se reconhecer o seu limite, o núcleo essencial dos direitos fundamentais, conforme destacado por Sarlet (2015), é compreendido como a parcela do conteúdo de um direito sem o qual ele perde a sua mínima eficácia, deixando-o de

ser reconhecível como direito fundamental. Isto é, um núcleo ou conteúdo que deve ser assegurado ao titular do direito fundamental independente de qualquer argumento contrário.

Neste sentido, Lopes (2004, p.13) destaca:

A garantia do conteúdo essencial é concebida como um limite à atividade limitadora dos direitos fundamentais, isto é, como o “limite dos limites”. O conteúdo essencial atua como uma fronteira que o legislador não pode ultrapassar, delimitando o espaço que não pode ser “invadido” por uma lei sob o risco de ser declarada inconstitucional. Por isso é que a garantia do conteúdo essencial é o limite dos limites, indicando um limite além do qual não é possível a atividade limitadora dos direitos fundamentais.

É exatamente nesse sentido que Virgílio Afonso da Silva (2010) analisa o conceito de *conteúdo essencial* dos direitos fundamentais em sua obra.

Sob a ótica de compreender o conteúdo essencial de um direito fundamental, Silva (2010, p. 27) destaca a sua importância a necessidade de sua proteção:

Proteger o conteúdo essencial de um direito fundamental, nesse sentido, significa proibir restrições à eficácia desse direito que o tornem sem significado para todos os indivíduos ou para boa parte deles. Como se percebe, esse enfoque assemelha-se muito à própria ideia de cláusulas pétreas, já mencionadas anteriormente. A partir de um enfoque subjetivo, a garantia do conteúdo essencial de um direito fundamental não tem relação com o valor e a extensão desse direito para o todo social; em cada situação individual deveria haver, segundo esse enfoque, um controle para se saber se o conteúdo essencial foi, ou não, afetado.

A partir de tal premissa, para abordar o conteúdo essencial de um direito, há duas correntes a respeito do suporte fático: amplo ou relativo.

A respeito do suporte fático amplo, há a extensão do âmbito de proteção dos direitos fundamentais, podendo ocasionar a intensificação das colisões entre direitos e a necessidade de mecanismos para resolvê-las. Um dos defensores de tal teoria, Torres (2009), compreende que o núcleo essencial do direito fundamental é fixo, correspondente ao mínimo para sua existência. Destacou: “De feito, o mínimo existencial não pode ser ponderado e vale definitivamente porque constitui o conteúdo essencial dos direitos fundamentais, que é irreduzível por definição e insuscetível de sopesamento” (Torres, 2009, p. 13).

Já para Virgílio Afonso da Silva, que adota a teoria do conteúdo essencial *relativo*, ele tende a variar de acordo com o contexto e as circunstâncias específicas de cada caso concreto, mais especificamente conforme a aplicação do princípio da proporcionalidade, na ponderação dos direitos fundamentais colidentes.

Discorre Silva (2009, p. 197):

Segundo essa versão, a garantia do conteúdo essencial dos direitos fundamentais nada mais é que a consequência da aplicação da regra da proporcionalidade nos casos de restrições a esses direitos. Ambos os conceitos - conteúdo essencial e proporcionalidade - guardam íntima relação: restrições a direitos fundamentais que passam no teste da proporcionalidade não afetam o conteúdo essencial dos direitos restringidos

No entanto, a definição do conteúdo essencial dos direitos fundamentais sociais guarda particulares desafios, na medida em que a previsão constitucional de tais direitos costuma se distinguir pela baixa densidade normativa, isto é, por redações textuais extremamente vagas e abstratas, por vezes, limitadas a mera enunciação do direito ou do bem objeto da proteção jusfundamental (Camargo; Andrade; Burlamaqui, 2016).

Essa característica exige uma intensa atividade interpretativa do Poder Judiciário para concretizar esses direitos (Alexy, 2008). A ausência de uma definição precisa na Constituição, no entanto, não significa que esses direitos sejam menos importantes, mas sim que sua efetivação depende de um constante diálogo entre os diversos poderes do Estado e a sociedade civil.

Tal caso tende a dificultar a identificação de um conteúdo essencial diretamente a partir do texto constitucional, vez que depende da densificação legislativa para compreender o objeto a ser respaldado. Dessa forma, impõe-se a necessidade de analisar a norma legal utilizando do sopesamento e da proporcionalidade a fim de averiguar o seu núcleo impassível de restrições para garantir a sua eficácia.

### 3 LAZER COMO DIREITO

Os direitos sociais encontram-se positivados no art. 6º, *caput*, da Constituição Federal, considerados enquanto direitos que permitem que a sociedade reduza as desigualdades produzidas pelo capitalismo e garanta um mínimo de bem-estar a todos, baseando-se na ideia da justiça social (Carvalho, 2007).

Fachin (2006, p. 603) destaca o direito ao lazer como "direito fundamental ínsito na dignidade da pessoa humana, destinado a proporcionar ao indivíduo repouso, distração e desenvolvimento físico e mental, além de contribuir para a sua socialização e integração social."

Atualmente, a busca pelo lazer se consolida como um objetivo visado por muitos para alcançar o bem estar e a qualidade de vida ideal. Embora a necessidade de trabalhar se configure como um desafio inegável, o tempo livre também se torna uma preocupação latente na sociedade contemporânea. Felizmente, a legislação brasileira reconhece a importância do lazer e busca garantir esse direito por meio de dispositivos legais que visam assegurar o descanso e a descontração aos trabalhadores.

Neste sentido, é imperioso destacar as manifestações e as ocorrências ao longo do tempo na sociedade brasileira, onde moldaram o direito ao lazer para que consigamos compreender as suas razões no direito do trabalho e o seu núcleo restrito de alteração.

#### 3.1 EVOLUÇÃO DO DIREITO AO LAZER

Inicialmente, o lazer não era compreendido como um direito fundamental, e sim como o "ócio", o não trabalho, considerado um estado de liberdade que permitia ao cidadão focar em suas reflexões, política, arte e cultura. Na Grécia Antiga, "o ócio quando utilizado de forma correta, é a chave para a felicidade e a sabedoria. É através do ócio que podemos contemplar a beleza, buscar o conhecimento e desenvolver a alma." (Platão, 2020, p. 276).

De acordo com Aristóteles (2020, p. 102) "A vida de acordo com a razão, que é a vida virtuosa, precisa de tempo livre, pois não é possível filosofar e realizar outras ações que exigem inteligência e pensamento quando se está ocupado com trabalhos manuais e com as necessidades da vida."

O ócio é, então, visto como prerrogativa exclusiva da elite social local, uma vez que os trabalhos manuais ficavam a cargo especialmente dos escravizados, como parte da defesa de uma hierarquia natural entre os seres humanos.

Ultrapassado o entendimento do ócio como não trabalho, importante ainda reconhecer que a evolução do direito ao lazer está atrelada ao desenvolvimento do direito do trabalho por meio de movimentos sociais que buscavam melhorias de suas condições.

Com a alteração do modelo político e social a partir da 1ª Revolução Industrial (1760-1850), a preocupação com o direito do trabalho tornou-se presente com o novo sistema de automatização que acelerava o modelo de produção. Apesar da presença dos maquinários, as condições precárias de saúde se agravaram, afrontando a vida e a saúde dos trabalhadores nas indústrias.

Para Russell (2002) a sociedade moderna, com sua ênfase excessiva no trabalho, leva a diversos problemas, como a alienação dos trabalhadores, falta de criatividade e desigualdade social. Portanto, o ócio é fundamental para o bem-estar individual e social, propondo que a sociedade redefina a relação com o trabalho, reduzindo a jornada de trabalho e valorizando o tempo livre.

Os trabalhadores, visando a melhora das condições do trabalho, unindo-se a um sentimento de coletividade, deram início aos movimentos operários e a criação de sindicatos, sendo, então, um importante ator social de direitos. Somado a isso, com as inovações tecnológicas que auxiliam a produção em massa, tornou-se possível pugnar pela redução da jornada de trabalho, permitindo que, em tese, todos pudessem ter suas necessidades básicas supridas e dispor de tempo livre para descanso e entretenimento.

Em seu livro “O Direito à Preguiça”, Paul Lafargue (1999) destaca que a redução da jornada e as melhores condições auxiliaram para a produção social de novas forças mecânicas, obrigando os operários a consumir os produtos que eram fabricados em seu momento de ociosidade.

Dessa forma, o lazer passa a vigorar com novas definições, entre elas, destaca-se a mais adotada de Dumazedier (1973, p. 34):

O lazer é um conjunto de ocupações às quais o indivíduo pode entregar-se de livre vontade, seja para repousar, seja para divertir-se, recrear-se e entreter-se ou, ainda, para desenvolver sua informação ou formação desinteressada, sua participação social voluntário ou sua livre capacidade criadora após livrar-se ou desembaraçar-se das obrigações profissionais, familiares e sociais.

Perceba-se, portanto, que o direito ao lazer passa a ser compreendido a partir das relações de trabalho e a melhora na qualidade de vida com o sistema de automatização, somado ainda com os movimentos sociais que garantiram a positivação de normas regulamentadoras.

Considerando tais indagações, o sentimento coletivo instaurado na sociedade a partir dos movimentos sociais e operários deram origem aos direitos fundamentais de “segunda geração”, amplamente difundidos pelos doutrinadores. Enquanto os direitos de “primeira geração” versavam sobre a liberdade do indivíduo, impondo uma restrição estatal, a segunda vem para impor a responsabilidade do Estado na regulamentação da sociedade visando um bem-estar social.

Cabe mencionar Biagi (2005, p. 46):

(...) a liberdade dos indivíduos não mais pode se efetivar simplesmente por meio de uma liberação da intervenção estatal, pois, diante das relações atuais, o indivíduo, para alcançar um modo de vida na autonomia e liberdade, depende essencialmente de uma série de condições que não estão à sua disposição.

Embora no contexto internacional o reconhecimento do lazer enquanto direito social tenha se originado anteriormente ao século XIX, no âmbito nacional, o ápice da insatisfação e dos movimentos deram origem a partir da Revolução de 1930, considerado o ponto central da compreensão dos direitos sociais no Brasil.

Com a mencionada Revolução, a Constituição da República de 1934 é inovadora ao constitucionalizar o direito do trabalho, prevendo restrições e, conseqüentemente, o direito ao lazer enquanto garantidor da dignidade do trabalhador. Entre os seus dispositivos, necessário destacar seu artigo 121 e incisos<sup>1</sup>, os quais estabelecem limite de trabalho diário de 8 (oito) horas, proibição de trabalho a menores de 14 (quatorze) anos, e de noturno a menores de 16 (dezesseis) anos e em indústrias insalubres, repousos, de preferência aos domingos, bem como férias anuais remuneradas.

Os dispositivos supramencionados ganham força a partir da Consolidação das Leis do Trabalho (1943), permanecendo o direito ao lazer sem menção expressa. Porém, após o regime autoritário do Estado Novo (1930 - 1945), a Constituição de 1946 representou um avanço significativo na proteção dos direitos sociais, com a inclusão do direito do trabalhador

---

<sup>1</sup> “Art. 121. A lei promoverá o amparo da produção e estabelecerá as condições do trabalho, na cidade e nos campos, tendo em vista a protecção social do trabalhador e os interesses econômicos do paiz.

§ 1º A legislação do trabalho observará os seguintes preceitos, além de outros que collimem melhorar as condições do trabalhador:

(...)

c) trabalho diário não excedente de oito horas, reduzíveis, mas só prorogáveis nos casos previstos em lei;

(...)

e) repouso hebdomadario, de preferência aos domingos;

f) férias annuaes remuneradas;

(...)” (Brasil. 1934).

à participação nos lucros da empresa (art. 157, inc. IV), a estabilidade para empregados urbanos e rurais a indenização, no caso da dispensa imotivada (art. 157, inc. XII)<sup>2</sup>.

Já a Constituição de 1967, promulgada durante o regime militar, apresentou um retrocesso em relação à proteção dos direitos sociais, de maneira que o lazer somente tornou-se alvo de constitucionalização a partir da Carta Magna de 1988.

### 3.2 PREVISÃO CONSTITUCIONAL

A Constituição Federal de 1988, construída após o período ditatorial, busca assegurar maior proteção aos direitos individuais e coletivos, tendo como princípio fundamental a dignidade da pessoa humana (art. 1º, III) (Brasil, 1988).

A partir disso, surge a previsão dos direitos sociais em seu art. 6º, *caput*, sendo eles o direito à “educação, a saúde, a alimentação, o trabalho, a moradia, o transporte, o lazer, a segurança, a previdência social, a proteção à maternidade e à infância, a assistência aos desamparados” (Brasil, 1988).

Perceba-se, portanto, que pela primeira vez há a menção expressa do direito ao lazer, porém, embora prevista constitucionalmente, não há normas infralegais que busquem a sua regulamentação.

Apesar disso, o lazer enquanto direito fundamental se entrelaça com outros direitos basilares como segurança, educação, saúde, moradia e trabalho. Afinal, não é possível entender o lazer de forma isolada, sem relacioná-lo com outras esferas da vida social, pois ele influencia e é influenciado por outros elementos, numa relação dinâmica (Marcellino, 2000, p. 14).

A importância do lazer não deve ser subestimada e suprimida, dada sua capacidade de promover o bem-estar físico, mental e social dos indivíduos. Por meio do lazer, o ser humano encontra um espaço para o descanso, a descontração, a expressão da criatividade e o desenvolvimento de hobbies e atividades que lhe proporcionem prazer e satisfação.

Em um mundo cada vez mais acelerado e dominado pelo trabalho, o lazer se torna um refúgio essencial para a recarga de energias, o combate ao estresse e a promoção da qualidade

---

<sup>2</sup> “Art 157 - A legislação do trabalho e a da previdência social obedecerão nos seguintes preceitos, além de outros que visem a melhoria da condição dos trabalhadores: (...) IV - participação obrigatória e direta do trabalhador nos lucros da empresa, nos termos e pela forma que a lei determinar; (...) XII - estabilidade, na empresa ou na exploração rural, e indenização ao trabalhador despedido, nos casos e nas condições que a lei estatuir;” (Brasil, 1946).

de vida. Ele permite que o indivíduo se afaste das pressões do dia a dia e se conecte consigo mesmo, com seus familiares e amigos, e com o mundo ao seu redor.

Como forma de efetivar o direito ao lazer, sua aplicação é latente junto ao artigo 7º da Carta Magna, prevendo, por exemplo, o direito de gozo de férias, descanso semanal remunerado, jornada de trabalho não superior a 8 (oito) horas diárias e 44 (quarenta e quatro) horas semanais, possibilidade de redução de jornada (Brasil, 1988).

Evidencia-se que o lazer torna-se intrínseco ao trabalho, como destaca Christian Marcello Manãs (2005), o legislador ao regular o lazer como direito social em conjunto com o direito ao trabalho, demonstra a sua vontade em reconhecer a necessidade de um descanso junto ao trabalho. Portanto, reconhece o trabalhador como um homem que possui uma dimensão social e sua condição humana não pode ser limitada ao trabalho, devendo haver um desenvolvimento pessoal e possibilitar o relacionamento equilibrado com a família e a sociedade. Logo, somente com o reconhecimento do trabalho e do lazer na sua proporcionalidade é que será possível visualizar a promoção da dignidade humana pelo Estado.

Ao verificar a importância do direito ao lazer na sociedade contemporânea e, especialmente, a ausência de detalhamento normativo no dispositivo constitucional que prevê esse direito fundamental, sobressai a necessidade de identificar um conteúdo essencial que assegure sua efetividade normativa nos casos concretos contra eventuais relativizações legislativas e judiciais.

## 4 DIREITO AO LAZER E DIREITO DO TRABALHO

O direito ao lazer e o direito do trabalho, embora distintos em suas naturezas e objetivos, se entrelaçam em diversas nuances.

Compreender a delimitação entre esses direitos é fundamental para garantir o bem-estar individual e social, promovendo um equilíbrio entre o tempo dedicado ao trabalho e o tempo livre para descanso, lazer e desenvolvimento pessoal.

A doutrina destaca como o direito ao lazer e o direito do trabalho não se opõem, mas se complementam, na medida em que um trabalho digno e justo proporciona tempo livre para o lazer, enquanto o lazer contribui para o retorno ao trabalho com mais energia e disposição.

Conforme Nash (1986, p. 58):

A relação entre trabalho e lazer é mutuamente dependente: o verdadeiro trabalho e o verdadeiro lazer servem um ao outro de modo essencial, mas as tensões acumuladas pelo trabalho embrutecedor, desgaste em sentido de relação, resultam apenas em ócio passado na contemplação da televisão ou na violência praticada direta ou indiretamente em atividades mal orientadas. Trabalho e lazer estão essencialmente interconectados: o genuíno lazer constitui alimento criador para o trabalho genuíno e vice-versa.

Neste sentido, é comumente defendida a necessidade de um equilíbrio entre o tempo dedicado ao trabalho e o tempo livre, vez que o excesso de trabalho pode levar ao estresse, à exaustão e à diminuição da qualidade de vida, enquanto a falta de atividades produtivas pode gerar frustração e apatia.

Contudo, o lazer não deve ser visto apenas como condição de possibilidade para o trabalho, mas como bem jurídico com proteção constitucional própria, portanto, cujo exercício depende essencialmente de tempo livre, isto é, *tempo de não trabalho*.

Nesse sentido, importa analisar as normas que restringem e limitam o trabalho, a fim de contribuir para a identificação do conteúdo essencial do direito fundamental ao lazer. Ao identificarmos restrições ao tempo de trabalho que não podem ser eliminadas legalmente, sob pena de supressão de seu tempo livre, estaremos delimitando o conteúdo imponderável do direito ao lazer.

### 4.1 JORNADA DE TRABALHO

A jornada de trabalho, conforme definido no art. 7º, XIII, da Constituição Federal, limita a duração do trabalho normal “a não superior a oito horas diárias e quarenta e quatro semanais” (Brasil, 1988).

Tal limite também pode ser encontrado na Consolidação das Leis do Trabalho (CLT), no art. 58, que prevê que “A duração normal do trabalho, para os empregados em qualquer atividade privada, não excederá de 8 (oito) horas diárias, desde que não seja fixado expressamente outro limite.” (Brasil, 1943).

Comumente, o limite à jornada de trabalho é fundamentada na saúde do trabalhador, ao buscar impedir que sua jornada se torne extenuante e prejudicial ao seu bem-estar físico e mental. Porém, esse limite também serve ao seu desenvolvimento pessoal, familiar e comunitário dos trabalhadores, ao assegurar tempo livre para o exercício de aspectos próprios da vida do trabalhador, inclusive, de sua própria individualidade, incluindo formas recreativas.

Portanto, um dos sentidos normativos da limitação à jornada de trabalho é garantir e proteger o direito do trabalhador ao lazer, restringindo a jornada diária e semanal de trabalho, de maneira que as demais horas do seu dia sejam utilizadas em benefício próprio do trabalhador em atividades não produtivas.

Embora a previsão estabeleça o limite de 8 (oito) horas diárias e 44 (quarenta e quatro) horas semanais, a própria Constituição Federal admite relativizações, ao permitir a alteração da jornada mediante compensação, acordo ou convenção coletiva (Brasil, 1988).

Apesar do limite constitucional, há também a possibilidade de sua extensão em até 2 (duas) horas diárias, mediante acréscimo de 50% (cinquenta por cento) do salário hora normal (art. 58, § 3º, da CLT)<sup>3</sup> (Brasil, 1943).

Além disso, acordos e convenções coletivas podem estabelecer banco de horas e supressão de horas extraordinárias mediante pagamento, desde que o pactuado seja formalizado mediante instrumento escrito, sob pena de nulidade, nos termos do art. 59, §§ 2º e 5º, da CLT<sup>4</sup> (Brasil, 1943).

---

<sup>3</sup> “Art. 58 - A duração normal do trabalho, para os empregados em qualquer atividade privada, não excederá de 8 (oito) horas diárias, desde que não seja fixado expressamente outro limite.

(...)

§3º As horas suplementares à duração do trabalho semanal normal serão pagas com o acréscimo de 50% (cinquenta por cento) sobre o salário-hora normal.” (Brasil, 1943).

<sup>4</sup> “Art. 59. A duração diária do trabalho poderá ser acrescida de horas extras, em número não excedente de duas, por acordo individual, convenção coletiva ou acordo coletivo de trabalho.

(...)

§ 2º Poderá ser dispensado o acréscimo de salário se, por força de acordo ou convenção coletiva de trabalho, o excesso de horas em um dia for compensado pela correspondente diminuição em outro dia, de maneira que não

Tal caso se dá em razão do evidente núcleo essencial do direito ao lazer, enquanto não-trabalho.

Percebe-se que há uma limitação ao direito ao lazer ao indicar a possibilidade de majoração da jornada de trabalho mediante acordo ou convenção, já que as horas que seriam utilizadas pelo empregado são minoradas em favor do trabalho. Porém, a própria lei não permite um esvaziamento completo do lazer, já que, para compensar o horário perdido, o legislador prevê uma melhor remuneração em caso de horas extras.

Tal situação busca justamente equilibrar a relação do empregador-empregado, evitando o aumento exacerbado da carga horária em função do empregador, o qual deverá arcar com uma quantia maior pela hora trabalhada, ainda que tenha previsão de acordo ou convenção para tanto. E, ainda, há a possibilidade de responsabilização por danos existenciais em desfavor do empregador pelo descumprimento da norma legal, ante a evidente violação do direito ao lazer, sendo entendimento pacificado pelo Tribunal Superior do Trabalho:

"(...) AGRAVO INTERNO DA PARTE AUTORA EM RECURSO DE REVISTA DA PARTE RÉ. LEI Nº 13.467/2017 . RESPONSABILIDADE CIVIL DO EMPREGADOR. DANOS EXTRAPATRIMONIAIS. DANO EXISTENCIAL. CARACTERIZAÇÃO. JORNADA DE TRABALHO EXCESSIVAMENTE LONGA E DESGASTANTE. HORAS EXTRAS HABITUAIS. TRANSCENDÊNCIA POLÍTICA CONSTATADA . Ao pretender se apropriar do conceito de existência, para envolvê-lo no universo do dever de reparação, o jurista não pode desconsiderar os aspectos psicológicos, sociológicos e filosóficos a ele inerentes. A existência tem início a partir do nascimento com vida - para alguns, até antes, desde a concepção -, e, desse momento em diante, tudo lhe afeta: a criação, os estímulos, as oportunidades, as opções, as contingências, as frustrações, as relações interpessoais. Por isso, não pode ser encarada simplesmente como consequência direta e exclusiva das condições de trabalho. Responsabilizar o empregador, apenas em decorrência do excesso de jornada, pela frustração existencial do empregado, demandaria isolar todos os demais elementos que moldaram e continuam moldando sua vida, para considerar que ela decorre exclusivamente do trabalho e do tempo que este lhe toma. Significaria ignorar sua história, para, então, compreender que sua existência depende tão somente do tempo livre que possui. É possível reconhecer o direito à reparação, quando houver prova de que as condições de trabalho efetivamente prejudicaram as relações pessoais do empregado ou seu projeto de vida. E mais: reconhecido esse prejuízo, é preciso sopesar todos os elementos outrora citados, como componentes da existência humana, para então definir em que extensão aquele fato isolado - condições de trabalho - interferiu negativamente na equação. Na hipótese dos autos , o Tribunal Regional decidiu que a exigência de jornada de trabalho excessiva é

---

exceda, no período máximo de um ano, à soma das jornadas semanais de trabalho previstas, nem seja ultrapassado o limite máximo de dez horas diárias.

(...)

§5º O banco de horas de que trata o § 2º deste artigo poderá ser pactuado por acordo individual escrito, desde que a compensação ocorra no período máximo de seis meses." (Brasil, 1943).

suficiente para ensejar a condenação do empregador ao pagamento de reparação por dano existencial. Embora haja referência à prova dos autos ( distinguishing ), extrai-se que a decisão foi baseada unicamente na existência de jornada extenuante, sem comprovação do efetivo dano . Correta, portanto, a reforma da decisão regional. Precedentes. Agravo interno conhecido e não provido" (Brasil, 2024)<sup>5</sup>

É também o entendimento adotado por Boucinhas Filho e Alvarenga (2013) quanto à configuração de dano existencial:

(...) decorre da conduta patronal que impossibilita o empregado de se relacionar e de conviver em sociedade por meio de atividades recreativas, afetivas, espirituais, culturais, esportivas, sociais e de descanso, que lhe trarão bem-estar físico e psíquico e, por consequência, felicidade; ou que o impede de executar, de prosseguir ou mesmo de recomeçar os seus projetos de vida, que serão, por sua vez, responsáveis pelo seu crescimento ou realização profissional, social e pessoal (Boucinhas Filho; Alvarenga, 2013, p. 243).

A realização de horas extraordinárias ainda é um problema perceptível no país, ante as inúmeras denúncias de jornadas de trabalho que extrapolam o limite constitucional de forma exacerbada. A exemplo, segundo o Ministério do Trabalho e Emprego (MTE), no Brasil foram resgatados 3.190 pessoas em condições análogas à escravidão<sup>6</sup>.

Como forma de ultrapassar a seara trabalhista com relação a limitação da jornada de trabalho, o Código Penal também disciplina a respeito em seu artigo 149 (Brasil, 1940):

Art. 149 Reduzir alguém à condição análoga à de escravo, quer submetendo-o a trabalhos forçados ou a jornada exaustiva, quer sujeitando-o a condições degradantes de trabalho, quer restringindo, por qualquer meio, sua locomoção em razão de dívida contraída com o empregador ou preposto. Pena - reclusão, de dois a oito anos, e multa, além da pena correspondente à violência.

Percebe-se que a preocupação da limitação da jornada de trabalho é pauta em várias áreas do ordenamento jurídico, considerando que a ausência de períodos de descanso atinge diretamente a dignidade da pessoa humana, razão pela qual os entendimentos adotados na

---

<sup>5</sup> Precedentes: RR-1079-49.2012.5.12.0029, ARR-927-97.2015.5.02.0441 e AIRR-863-81.2015.5.09.0671 (Brasil, 2024).

<sup>6</sup> Já em movimentos recentes dos trabalhadores, houve a proposição do Projeto de Lei nº 1.105/2023 a fim de que seja previsto na CLT a possibilidade de redução de jornada diária, semanal ou mensal mediante acordo ou convenção coletiva, sem a perda da remuneração. Em reportagem publicada pela Luiza Melo (2024), o senador Weverton (PDT-MA) afirma que "o principal ganho é o aumento da produtividade, aliado a uma vida física e mentalmente mais saudável." (Brasil, 2024). Assim, a redução da jornada implicaria em maior lazer e descanso aos trabalhadores, com aumento da produtividade em razão da melhora na qualidade de vida.

Justiça do Trabalho procuram ser ríspidos na aplicação da norma limitadora, trazendo à vista o seu conteúdo essencial.

## 4.2 FÉRIAS

De acordo com o artigo 129 da CLT, “todo empregado terá direito anualmente ao gozo de um período de férias, sem prejuízo da remuneração” (Brasil, 1943). Igualmente, a Constituição determina que o período de férias deverá ser acrescido de um terço, por previsão do seu artigo 7º, inc. XVII (Brasil, 1988).

A previsão das férias enquanto direito assegurado constitucionalmente também deve ser interpretado em conexão e como suporte fático para o direito ao lazer, enquanto tempo de não trabalho a fim de dedicação a atividades de descanso e recreativas.

Além disso, ao determinar o acréscimo de um terço, sem prejuízo da remuneração, busca garantir que em tal período possa despender da quantia acrescida para a satisfação de seus prazeres, seja com viagens, restaurantes e cinemas, entre outras atividades de entretenimento.

Sobre a finalidade das férias, Cesarino Júnior (1963) afirma:

(...) o homem não é apenas uma máquina, mas um ser com necessidades espirituais, intelectuais; não vive isolado, mas é parte de uma família, da coletividade, e, atualmente, quando a torrente avassaladora da indústria foi buscar em suas casas aqueles homens e mulheres que não eram apenas parte eficiente de uma organização precisa, perfeitamente ajustada e mecanizada, surgem os dias de descanso, procurando reintegrá-los em seu meio natural, permitindo-lhes o estreitamento das relações familiares, tão intensamente prejudicadas, favorecendo-lhes a oportunidade de cuidarem dos aspectos intelectual, espiritual, cívico, moral e social de sua existência, que não deve limitar-se à vida de trabalho.

Em que pese a determinação legal, o ordenamento jurídico prevê exceções à regra, como por exemplo a possibilidade do abono de férias, previsto no artigo 143, *caput* da CLT<sup>7</sup>, em que, havendo interesse do empregado, este poderá converter 1/3 das suas férias em pecúnia, no valor da remuneração que lhe seria devido nos dias correspondentes (Brasil, 1943).

---

<sup>7</sup>“Art. 143. É facultado ao empregado converter 1/3 (um terço) do período de férias a que tiver direito em abono pecuniário, no valor da remuneração que lhe seria devida nos dias correspondentes.” (Brasil, 1943).

Depreende-se no mencionado dispositivo a impossibilidade do empregado dispor da integralidade de suas férias, tendo em vista que ocasionaria clara violação à Constituição Federal, inclusive, como supressão do direito ao lazer.

Ao prever o pagamento em pecúnia de parte das férias, o legislador buscou prever possibilidades ao trabalhador, em que poderia gozar do período integral ou, ao seu interesse, garantir uma quantia maior para despendar em seu descanso, potencializando, em contrapartida, o exercício do direito ao lazer.

Ademais, a fim de coibir condutas impositivas do empregador, a possibilidade do abono de férias é dada como direito potestativo do trabalhador, não cabendo ao empregador impor a sua conversão:

I - AGRAVO DE INSTRUMENTO. RECURSO DE REVISTA. LEI Nº 13.015/2014. ABONO DE FÉRIAS. DIREITO POTESTATIVO DO EMPREGADO. INDEFERIMENTO. PAGAMENTO EM DOBRO. Ante a possível violação ao artigo 143 da CLT, deve ser provido o agravo de instrumento. Agravo de instrumento conhecido e provido. II - RECURSO DE REVISTA. LEI Nº 13.015/2014. NEGATIVA DE PRESTAÇÃO JURISDICCIONAL. Deixo de analisar a preliminar em epígrafe, ante o permissivo do art. 282, § 2º, do CPC/2015. ABONO DE FÉRIAS. DIREITO POTESTATIVO DO EMPREGADO. INDEFERIMENTO. PAGAMENTO EM DOBRO. Nos termos do art. 143 da CLT, é facultado ao empregado converter 1/3 do período de férias a que tiver direito em abono pecuniário, no valor da remuneração que lhe seria devida nos dias correspondentes. A jurisprudência desta Corte Superior entende que a conversão de 1/3 do período de férias em abono pecuniário é um direito potestativo do trabalhador, sendo uma prerrogativa exclusiva dele a escolha de abater parte do seu período de descanso. Não cabe ao empregador decidir acerca do deferimento ou não do benefício. Apresentado o requerimento de conversão de 1/3 das férias em pecúnia, existe a obrigação de conceder o abono. O indeferimento por parte do empregador do pedido de conversão 1/3 do período de férias em abono pecuniário também gera o pagamento em dobro. Precedentes. Recurso de revista conhecido e provido (Brasil, 2018).<sup>8</sup>

Ainda que previsto a supressão das férias em 1/3 mediante pagamento em pecúnia, ainda resta um tempo de não trabalho assegurando um suporte mínimo para o lazer, preservando seu núcleo essencial.

A situação também é prevista no art. 134, § 1º, da CLT, incluída pela Reforma Trabalhista (Lei nº 13.467/2017), em que “desde que haja concordância do empregado, as férias poderão ser usufruídas em até três períodos, sendo que um deles não poderá ser inferior

---

<sup>8</sup> Precedentes: ARR - 145700-11.2009.5.04.0016 e RR - 109200-74.2009.5.04.0232 (Brasil, 2018).

a quatorze dias corridos e os demais não poderão ser inferiores a cinco dias corridos, cada um” (Brasil, 1943).

Nesse ponto, a legislação assegura tempo de não trabalho, vez que, mesmo evidente a possibilidade de fracionamento das férias, a determinação de um período longo de dias demonstra o limite da restrição como forma de proteção ao núcleo do direito ao lazer. Igualmente, ao prever a necessidade de concordância do empregado, busca limitar o empregador a atingir o direito social previsto constitucionalmente, logo, ainda que existam limitações legais, a sua supressão é vedada.

Importante ainda destacar o disposto no art. 136, §1º da CLT<sup>9</sup> em que estipula a possibilidade dos membros de uma família, que trabalhem no mesmo estabelecimento ou empresa, “terão direito a gozar férias no mesmo período, se assim o desejarem e se disto não resultar prejuízo para o serviço” (Brasil,1943).

A previsão supramencionada ainda possui uma interpretação extensiva, já que permite também aos trabalhadores que possuem filhos em idade escolar, a possibilidade de solicitarem ao empregador a possibilidade de fazerem coincidir as suas férias com as férias escolares dos filhos.

E, ainda neste sentido, o art. 136, §2º da CLT também prevê, para o trabalhador menor de 18 (dezoito) anos, o direito de coincidir suas férias com as férias escolares (Brasil, 1943). Ora, não há como prever o total descanso do estudante se este, ainda que de férias de suas atividades escolares, necessita utilizar deste tempo para trabalhar, escapando totalmente do conceito fundamental das férias.

Em que pese tal possibilidade fique adstrita à vontade do empregador, verifica-se que o legislador possui a preocupação de estabelecer um período em comum de descanso e lazer para a família, visando a efetivação do direito social no âmbito do direito do trabalho. Por óbvio, a concessão de férias não poderá considerar apenas um dos indivíduos familiares, sob pena de esvaziamento do direito ao lazer, vez que busca priorizar também o convívio social, não sendo possível, a exemplo, planejar viagens ou atividades que visem o bem-estar de toda a família.

#### 4.3 REPOUSO SEMANAL REMUNERADO

---

<sup>9</sup> “Art. 136 - A época da concessão das férias será a que melhor consulte os interesses do empregador.

§ 1º - Os membros de uma família, que trabalhem no mesmo estabelecimento ou empresa, terão direito a gozar férias no mesmo período, se assim o desejarem e se disto não resultar prejuízo para o serviço.

§ 2º - O empregado estudante, menor de 18 (dezoito) anos, terá direito a fazer coincidir suas férias com as férias escolares” (Brasil, 1943).

A Constituição Federal em seu art. 7º, inc. XV estabelece como direito do trabalhador o “repouso semanal remunerado, preferencialmente aos domingos” (Brasil, 1988). Para colaborar com a norma supracitada, a Lei nº 605, de 5 de janeiro de 1949 trata sobre o repouso semanal remunerado e o pagamento de salário nos dias feriados civis e religiosos, sendo que dispõe:

Art. 1º Todo empregado tem direito ao repouso semanal remunerado de vinte e quatro horas consecutivas, preferentemente aos domingos e, nos limites das exigências técnicas das empresas, nos feriados civis e religiosos, de acordo com a tradição local. (Brasil, 1949).

A CLT também não é diferente em seu art. 67, vez que também assegura ao empregado um descanso semanal de 24 (vinte e quatro) horas consecutivas, o qual, salvo motivo de conveniência pública ou necessidade imperiosa do serviço, deverá coincidir com o domingo, no todo ou em parte<sup>10</sup> (Brasil, 1943).

Conforme bem aponta Luiz Antônio Medeiros de Araújo (2008), a origem do repouso semanal é essencialmente religiosa, vez que, mesmo antes de haver leis obrigando a concessão do repouso, a força da religião já impunha a observância da suspensão das atividades obreiras em um dia da semana, a fim de que as pessoas pudessem participar das cerimônias religiosas.

Para Arnaldo Sussekind (2005), com o advento da Revolução Industrial, o instituto do repouso semanal passou a ser fundamentado em um fator biológico, que vise eliminar a fadiga gerada pelo trabalho; fator social, como maneira de fomentar a prática de atividades recreativas, culturais e físicas, bem como o convívio familiar e social e, por fim, econômico, com o escopo de aumentar o rendimento no trabalho, aprimorar a produção e restringir o desemprego.

Ao determinar um dia em comum para os trabalhadores como o descanso semanal remunerado, verifica-se a ideia do legislador em garantir o convívio social e familiar, visando garantir o direito ao lazer, sendo o suporte fático do descanso semanal remunerado.

---

<sup>10</sup> “Art. 67. Será assegurado a todo empregado um descanso semanal de 24 (vinte e quatro) horas consecutivas, o qual, salvo motivo de conveniência pública ou necessidade imperiosa do serviço, deverá coincidir com o domingo, no todo ou em parte.

Parágrafo único - Nos serviços que exijam trabalho aos domingos, com exceção quanto aos elencos teatrais, será estabelecida escala de revezamento, mensalmente organizada e constando de quadro sujeito à fiscalização.” (Brasil, 1943).

Porém, importante mencionar que há ainda atividades que necessitam operar todos os dias semana, como os essenciais (supermercado, farmácia, etc), sendo necessário que, para garantir a norma constitucional, seja estabelecido uma escala de revezamento, consoante determina o art. 67, parágrafo único da CLT (Brasil, 1943). O mencionado disposto também é replicado no artigo 6º, parágrafo único da Lei nº 10.101/2000, determinando que o repouso semanal remunerado deverá coincidir, pelo menos uma vez no período máximo de três semanas, com o domingo<sup>11</sup>.

A necessidade de impor ao menos um domingo no mês como descanso semanal remunerado, busca o não esvaziamento do direito ao lazer na exceção estipulada, ante a evidente necessidade de considerar o indivíduo enquanto ser social, possibilitando o convívio no período de não-trabalho.

E para satisfazer ainda mais a norma constitucional resguardando o descanso semanal remunerado, por entendimento da Súmula 146 do TST, ultrapassados 7 dias corridos sem a concessão da folga, importará em seu pagamento em dobro<sup>12</sup>.

De igual forma, a Lei nº 605/49, dispõe em seu art. 9º que “nas atividades em que não for possível, em virtude das exigências técnicas das empresas, a suspensão do trabalho, nos dias feriados civis e religiosos, a remuneração será paga em dobro, salvo se o empregador determinar outro dia de folga”<sup>13</sup> (Brasil, 1949).

Verifica-se que o direito ao lazer torna-se o suporte fático da norma regulamentadora que busca regulamentar o descanso semanal remunerado preferencialmente aos domingos. E, apesar de que tal situação não seja possível em todas as atividades, houve o compromisso do legislador em proteger o trabalhador em tais ocasiões, sendo determinado o pagamento do dia em dobro, quando a sua limitação não encontrar amparo legal.

Logo, não é passível de restrição a completa supressão do direito do trabalhador em possuir, ao menos, um dia de folga no mês para garantir o seu direito ao lazer, sendo visível o seu núcleo essencial impassível de restrições.

---

<sup>11</sup> “Art. 6º. Fica autorizado o trabalho aos domingos nas atividades do comércio em geral, observada a legislação municipal, nos termos do art. 30, inciso I, da Constituição.

Parágrafo único. O repouso semanal remunerado deverá coincidir, pelo menos uma vez no período máximo de três semanas, com o domingo, respeitadas as demais normas de proteção ao trabalho e outras a serem estipuladas em negociação coletiva.” (Brasil, 2010).

<sup>12</sup> Súmula 146 do TST: “TRABALHO EM DOMINGOS E FERIADOS, NÃO COMPENSADO. O trabalho prestado em domingos e feriados, não compensado, deve ser pago em dobro, sem prejuízo da remuneração relativa ao repouso semanal” (Brasil, 2003).

<sup>13</sup> “Art. 9º Nas atividades em que não for possível, em virtude das exigências técnicas das empresas, a suspensão do trabalho, nos dias feriados civis e religiosos, a remuneração será paga em dobro, salvo se o empregador determinar outro dia de folga.” (Brasil, 1949).

## 5 CONCLUSÃO

O lazer na sociedade, embora tenha adquirido tal nomenclatura mais recentemente, sempre foi alvo de interesse da população que buscava utilizar de seu tempo livre para se desconectar da rotina de trabalho e/ou dedicar a suas concepções pessoais de bem-estar.

Com a previsão consagrada na Constituição Federal de 1988 e na legislação trabalhista, o lazer revela-se objeto de um direito social fundamental, com a mesma hierarquia dos direitos à saúde, educação, trabalho, alimentação, moradia, etc (Brasil, 1988).

O lazer, além de proporcionar descanso e relaxamento, contribui para a saúde física e mental, fortalecendo os laços sociais do titular e permitindo o desenvolvimento de suas potencialidades.

Ainda que como todo direito fundamental, o direito lazer possa ser objeto de restrições, essa relatividade deve ser limitada, sob pena de esvaziamento ou supressão do direito.

Portanto, verifica-se sempre a necessidade de utilizar do sopesamento e da proporcionalidade para analisar determinada norma regulamentadora, como forma de visualizar os direitos que estão sendo levados em consideração e, a partir disso, assegurar um conteúdo normativo mínimo insuscetível de restrição ou ponderação, que constitua direito subjetivo do titular, oponível, inclusive, ao legislador.

Assim, o núcleo essencial do direito ao lazer deve guiar qualquer regulamentação legislativa que tenha como objeto a previsão do tempo de trabalho/não trabalho, bem como sua interpretação e aplicação pelo Poder Judiciário.

Embora o mencionado direito social não possua regulamentação própria e específica, nem mesmo no próprio texto constitucional, que apenas o elenca no art. 6º, é importante compreendermos que a sua aplicação encontra-se principalmente amparada no suporte fático de determinados dispositivos legais (Brasil, 1988).

No âmbito da Justiça do Trabalho, ao discorrer sobre as férias, a regulamentação da jornada de trabalho, das férias e do descanso semanal remunerado, enquanto normas que limitam o tempo de trabalho, deve ser interpretada como concretização do direito ao lazer. Tais institutos não existem apenas para a preservação e restabelecimento do trabalhador, mas como garantia de um bem jurídico diverso, a possibilidade de lazer.

O lazer influencia positivamente nos direitos do trabalhador, considerando que o pagamento das férias se darão acrescidas do terço constitucional, visando justamente o aumento da remuneração do empregado em seu período de descanso. E, ainda, a possibilidade

de abono de férias também visa resguardar e potencializar o poder aquisitivo a ser despendido no período de descanso, considerando a impossibilidade de supressão integral das férias, haja vista que somente parte poderá ser abonada mediante pagamento proporcional.

Já a possibilidade de coincidir as férias com as férias escolares dos trabalhadores menores de 18 (dezoito) anos e daqueles que possuem filhos em idade escolar, visa a efetivação do direito ao lazer no instituto mencionado, aumentando a qualidade de vida e o tempo de qualidade nas famílias, garantindo o efetivo descanso pelo não trabalho.

Análogo a isso, o descanso semanal remunerado possui o mesmo viés para que os trabalhadores não se abstenham de seu dia de folga, ainda que exerçam suas atividades nos finais de semana em atividades tidas como essenciais, por exemplo, garantindo o pagamento em dobro pelo descumprimento. E, ainda, a delimitação da jornada de trabalho, ao impor o pagamento de horas extras busca limitar a imposição dos empregadores, bem como remunerar o empregador que teve o seu tempo de convívio social e familiar minorado.

Portanto restou demonstrado que, em que pese ocorra exceções às regras constitucionais, o legislador se preocupou em estabelecer um mínimo para garantir a sua efetivação, considerado como o conteúdo essencial do direito fundamental ao lazer, considerando-o não como apenas não-trabalho, mas um período essencial para o descanso, entretenimento e convívio social.

## REFERÊNCIAS

ALEXY, Robert. *Teoria dos direitos fundamentais*. 2. ed. São Paulo Malheiros, 2008.

ARAÚJO, Luiz Antonio Medeiros de. *Repouso semanal remunerado: periodicidade e incidência aos domingos*. 2008. Disponível em: <http://legistrab.com.br/files/Doutrina/Luiz%20Antonio/repouso%20semanal%20periodicidade%20e%20incidencia%20aos%20domingos.pdf>. Acesso em: 28 ago 2024.

ARENDT, Hannah. *As Origens do Totalitarismo*. São Paulo: Editora Record, 2019.

ARISTÓTELES. *Ética a Nicômaco*. Rio de Janeiro: Editora Edições Loyola, 2020.

BIAGI, Cláudia Perotto. *A garantia do conteúdo essencial dos direitos fundamentais na jurisprudência constitucional brasileira*. Porto Alegre: Sergio Antonio Fabris Editor, 2005.

BOUCINHAS FILHO, Jorge Cavalcanti; ALVARENGA, Rúbia Zanotelli de. *O dano existencial e o direito do trabalho*. Revista do Tribunal Superior do Trabalho, São Paulo, v. 79, n. 2, p. 240-261, abr./jun. 2013. Disponível em [https://juslaboris.tst.jus.br/bitstream/handle/20.500.12178/39828/2013\\_alvarenga\\_boucinnhas\\_filho\\_dano\\_existencial.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://juslaboris.tst.jus.br/bitstream/handle/20.500.12178/39828/2013_alvarenga_boucinnhas_filho_dano_existencial.pdf?sequence=1&isAllowed=y). Acesso em: 09 set. 2024

BRASIL. Ministério do Trabalho e. Emprego (MTE). MTE resgata 3.190 trabalhadores de condições análogas à escravidão em 2023. *Notícias e conteúdos*, 10/01/2024. Disponível em: <https://www.gov.br/trabalho-e-emprego/pt-br/noticias-e-conteudo/2024/janeiro/mte-resgata-3-190-trabalhadores-de-condicoes-analogas-a-escravidao-em-2023>. Acesso em: 05 ago. 2024

BRASIL. Presidência da República. *Constituição da República dos Estados Unidos do Brasil*, de 16 de julho de 1934. Disponível em [https://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/constituicao/constituicao34.htm](https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/constituicao/constituicao34.htm). Acesso em: 27 jun. 2024.

BRASIL. Presidência da República. *Constituição da República Federativa do Brasil*, de 05 de outubro de 1988. Disponível em [https://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/constituicao/constituicao.htm](https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/constituicao/constituicao.htm). Acesso em: 30 jun. 2024

BRASIL. Presidência da República. *Constituição dos Estados Unidos do Brasil*, de 18 de setembro de 1946. Disponível em [https://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/constituicao/constituicao46.htm](https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/constituicao/constituicao46.htm). Acesso em: 17 jul. 2024.

BRASIL. Presidência da República. *Decreto Lei nº 5.452*, de 1º de maio de 1943. Disponível em [https://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/decreto-lei/del5452.htm](https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/decreto-lei/del5452.htm). Acesso em: 30 jun. 2024.

BRASIL. Presidência da República. *Decreto lei nº 13.467*, de 17 de julho de 2017. Disponível em: [https://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/\\_Ato2015-2018/2017/Lei/L13467.htm#art1](https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_Ato2015-2018/2017/Lei/L13467.htm#art1). Acesso em: 05 ago. 2024.

BRASIL. Presidência da República. *Lei nº 605*, de 5 de janeiro de 1949. Disponível em [https://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/leis/10605.htm?utm\\_campaign=SignosDesbocados/#:~:](https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/10605.htm?utm_campaign=SignosDesbocados/#:~:)

text=Art.,acordo%20com%20a%20tradi%C3%A7%C3%A3o%20local.. Acesso em: 14 ago. 2024.

BRASIL. Presidência da República. *Lei nº 10.101*, de 19 de dezembro de 2000. Disponível em [https://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/leis/110101.htm](https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/110101.htm). Acesso em: 14 ago. 2024.

BRASIL. Tribunal Superior do Trabalho. *Recurso Ordinário nº 927-80.2014.5.20.0005*. Relator(a): Ministra Maria Helena Mallmann. 2ª Turma, j. em 18 abr. 2018; p. em DEJT 27 abr. 2018. Disponível em: <https://consultaprocessual.tst.jus.br/consultaProcessual/consultaTstNumUnica.do?consulta=Consultar&conscsjt=&numeroTst=927&digitoTst=80&anoTst=2014&orgaoTst=5&tribunalTst=20&varaTst=0005&submit=Consultar>. Acesso em: 29 set. 2024.

BRASIL. Tribunal Superior do Trabalho. *Ag-EDCiv-RRAg-20250-72.2019.5.04.0383*. Relator(a): Ministro Claudio Mascarenhas Brandao, 7ª Turma, j. em 02 ago. 2024. Disponível em <https://jurisprudencia-backend2.tst.jus.br/rest/documentos/6083869e8e4d6c29238f3abab978f035>. Acesso em: 22 set. 2024.

BRASIL. Tribunal Superior do Trabalho. *Súmula nº 146*. Res. 121/2003, DJ 19, 20 e 21.11.2003. Disponível em: <https://jurisprudencia.tst.jus.br/?tipoJuris=SUM&orgao=TST&pesquisar=1#void>. Acesso em 30 set. 2024.

CAMARGO, Margarida M. L.; ANDRADE, Mário Cesar; BURLAMAQUI, Bernardo C.. Direito à educação na Constituição de 1988: há um conteúdo essencial e imediatamente exigível judicialmente? *In: VIEIRA, José R.; CAMARGO, Margarida M. L.; SGANZERLA, Rogério B. Direitos fundamentais e jurisdição constitucional*. Belo Horizonte: Fórum, 2016, p. 96 - 117.

CARVALHO, José Murilo de. *Cidadania no Brasil: o longo caminho*. 9. ed. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 2007.

CESARINO JR., Antônio Ferreira. *Direito Social Brasileiro*. Rio de Janeiro: Livraria Freitas Bastos, 1963.

DUMAZEDIER, Joffre. *Lazer e Cultura Popular*. São Paulo: Perspectiva, 1973.

EMPREGO. Ministério do Trabalho e. *MTE resgata 3.190 trabalhadores de condições análogas à escravidão em 2023*. Agência Gov. 10 de jan. 2024. Disponível em: <https://www.gov.br/trabalho-e-emprego/pt-br/noticias-e-conteudo/2024/janeiro/mte-resgata-3-190-trabalhadores-de-condicoes-anologas-a-escravidao-em-2023>. Acesso em: 05 ago. 2024.

FERRAJOLI, Luigi. *Diritti Fondamentali*. Roma: Editoria Laterza, 2002.

Lafargue, P. (1999). *O direito à preguiça* (J. Teixeira Coelho Netto, trad.). São Paulo: Hucitec.

LOPES, Ana Maria D'Avila. *A garantia do conteúdo essencial dos direitos fundamentais*. Brasília. Revista de Informação Legislativa, out./dez. 2004.

MAÑAS, Christian Marcello. *Tempo e trabalho: a tutela jurídica do tempo de trabalho e tempo livre*. São Paulo: LTr, 2005.

MARCELLINO, Nelson Carvalho. *Lazer: formação e atuação profissional*. São Paulo: Papirus, 2000.

MARTINEZ, Luciano. *Condutas Antissindicais*. São Paulo: Saraiva, 2013.

MELO, Luiza. *Senado analisa propostas de redução da jornada de trabalho*. Agência Senado. 19 jul 2024. Disponível em: <https://www12.senado.leg.br/noticias/infomaterias/2024/07/senado-analisa-propostas-de-reducao-da-jornada-de-trabalho#:~:text=Uma%20das%20proposi%C3%A7%C3%B5es%20em%20an%C3%A1lise,coletiva%2C%20sem%20perda%20na%20remunera%C3%A7%C3%A3o.> Acesso em 08 ago. 2024

NASCIMENTO, Amauri Mascaro. *Iniciação ao Direito do Trabalho*. 37. ed. São Paulo: LTR, 2012.

NASH, Paul. *Autoridade e liberdade na educação: uma introdução à filosofia da educação*. Rio de Janeiro, Bloch, 1986.

PLATÃO. *A República*. Rio de Janeiro: Editora WMF Martins Fontes, 2020.

RUSSELL, Bertrand. *O Elogio ao Ócio*. Rio de Janeiro: Sextante, 2002.

SARLET, Ingo Wolfgang. *A Eficácia dos Direitos Fundamentais*. 12. ed. Porto Alegre: Livraria do Advogado, 2015, p. 420.

SILVA, Virgílio Afonso da. *Direitos fundamentais: conteúdo essencial, restrições e eficácia*. 2. ed. São Paulo: Malheiros Editores LTDA, 2010.

SILVA, Virgílio Afonso da. *O conteúdo essencial dos direitos fundamentais e a eficácia das normas constitucionais*. Revista de Direito do Estado 4, 2006.

SUSSEKIND, Arnaldo et al. *Instituições de direito do trabalho*. 20a ed. São Paulo: LTr, 2005. p. 831

TORRES, Ricardo Lobo. *O direito ao mínimo existencial*. Rio de Janeiro: Renovar, 2009.