

A inconstitucionalidade das jornadas de trabalho 12x36 e os impactos à qualidade de vida dos profissionais da saúde.

The unconstitutionality of working hours 12x36 and the impacts on the quality of life of health professionals.

DOI: <https://doi.org/10.47224/revistamaster.v7i13.262>

Maria Mariana Batista Borges Amado

Mateus Nogueira da Fonseca

e-mail: mariamarianaamado@outlook.com

Resumo

Este presente artigo de revisão narrativa objetiva discutir sobre os aspectos médicos e legislativos a respeito das jornadas de trabalho 12x36 realizadas pelos profissionais de saúde. Para isso, procura levantar questões sobre a inconstitucionalidade, prevista na redação do Art. 58º das Consolidações das Leis do Trabalho (CLT), levando em conta os princípios da dignidade da pessoa humana (Art. 1º, III da Constituição da República Federativa do Brasil) na previsão legal da inexistência de intervalo para descanso e alimentação, gerando efeitos negativos à saúde do trabalhador da área da saúde. A metodologia utilizada foi constituída de uma análise geral de artigos relacionados a esse tema, trazendo como um dos enfoques principais os aspectos legislativos associados aos médicos. Constatou-se que existem efeitos fisiológicos sobre o metabolismo dos que trabalham em ambientes estressantes como hospitais, unidades de pronto atendimento e unidades básicas de saúde, relacionados à perda de massa muscular, aumento da pressão arterial e resistência vascular periférica, em razão do aumento do cortisol. E que isso ainda gera efeitos negativos no sentido de grandes períodos sobre estresse, exaustão e fadiga, trazendo prejuízos no atendimento humanizado e atento aos usuários do sistema de saúde.

Palavras-chave:

Jornada; Inconstitucionalidade; Saúde; Profissional da saúde.

Abstract

This article of narrative review aims to discuss the medical and legislative aspects regarding the 12x36 working days performed by health professionals. To this end, it seeks to raise questions about the unconstitutionality, provided for in the wording of Art. 58º of the Consolidations of Labor Laws (CLT), taking into account the principles of the dignity of the human person (Art. 1º of the Constitution of the Federative Republic of Brazil) in the legal provision of the absence of an interval for rest and feeding, generating negative effects on health of health workers. The methodology used consisted of a general analysis of articles related to this theme, bringing as one of the main approaches the legislative aspects associated with physicians. It was found that there are physiological effects on the metabolism of those working in stressful environments such as hospitals, emergency care units and basic health units, related to loss of muscle mass, increased blood pressure and peripheral vascular resistance due to increased cortisol. And that this still generates negative effects in the sense of large periods on stress, exhaustion and fatigue, bringing losses in humanized and attentive care to users of the health system.

Keywords:

Journey; Unconstitutionality; Health; Health professionals.

1 INTRODUÇÃO

Desde os primórdios, as relações trabalhistas tinham como esteio a hierarquização e a estratificação de funções laborais no sistema feudal e mais adiante na Revolução Industrial, no século XVIII. Com a consolidação do capitalismo, os processos industriais se expandiram “em função da exploração do trabalho do homem pelo homem no modo de produção industrial capitalista” Miranda (2012), permitindo que essas pessoas cumprissem jornadas de trabalhos exorbitantes e que excedem os limites. Desde então, ocorreram evoluções no universo trabalhista, onde os trabalhadores conquistaram direitos e deveres, sendo eles, gradativamente, atribuídos com base na dignidade da pessoa humana.

Nesse sentido, as jornadas de trabalhos presentes na Consolidação das Leis do Trabalho (CLT) e, também na Constituição da República Federativa do Brasil em seu Art. 7º, XIII e XIV,

“duração do trabalho normal não superior a oito horas diárias e quarenta e quatro semanais, facultada a compensação de horários e a redução da jornada, mediante acordo ou convenção coletiva de trabalho; e jornada de seis horas para o trabalho realizado em turnos ininterruptos de revezamento, salvo negociação coletiva,” (BRASIL, 1988, p. 1).

Entretanto, as jornadas realizadas, com destaques para os profissionais da saúde, como os enfermeiros, técnicos de enfermagem e médicos são de no mínimo 12 horas, sem horário pré-estabelecido para descanso e alimentação, sendo estes mantidos em segundo plano.

Esses fatos inconstitucionais e impertinentes, são responsáveis por causar danos à saúde do trabalhador e ainda aumenta as chances de acidentes laborais e iatrogenia. Aos impactos na vida dos profissionais expostos a jornadas de trabalho de 12x36 podem ser incluídos, como por exemplo, a Síndrome de Burnout, considerada uma reação à tensão emocional crônica por lidar excessivamente com pessoas, Cartollo e Câmara (2008), também pode influencia no aumento das taxas de ansiedade, depressão, entre outras comorbidades relevantes para a produtividade laboral e também para a consolidação das relações sociais.

Justifica-se a realização desse estudo, a relevância de se conhecer os aspectos legais e de os associar aos impactos físicos e psicológicos sobre os trabalhadores da área da saúde. Tal aspecto permite que o leitor tenha um conhecimento geral e pertinente sobre o universo das leis trabalhistas e de como elas são colocadas em prática no mundo moderno.

Por fim, essa revisão narrativa tem como objetivo discorrer sobre os aspectos médicos e legislativos a respeito das jornadas de trabalho 12x36 realizadas pelos profissionais de saúde, trazendo como enfoque alguns pontos da legislação brasileira como fundamentos para a argumentação e como estratégia de transmitir mais conhecimento sobre o direito do trabalho, sem deixar de ter um olhar atento a vida de um trabalhador da saúde.

2 METODOLOGIA

Para realizar o levantamento bibliográfico, com aspectos mais amplos e sujeitos a escolha de alguns artigos que abordassem os impactos gerados aos profissionais da saúde com as jornadas 12x36. Foram consultados artigos na base de dados SciELO, usando descritores como: Jornada 12x36, saúde do trabalhador e inconstitucionalidade.

Além disso, utilizou-se, como forte referência para diversas citações, a Constituição Federal de 1988, citando os artigos 1º e 7º da CRFB e as Consolidações das Leis do Trabalho (CLT), com os artigos 4º, 58º e 224º.

Ademais, foram lidos na íntegra as publicações que abordam temas relacionados aos aspectos fisiológicos, hormonais, psicológicos e sociais de como as longas jornadas de trabalho afetam os enfermeiros, médicos, técnicos de enfermagem e outros profissionais da área da saúde.

Pelo fato de o tema abranger um número consideravelmente pequeno de artigos científicos, foi definido, como critério de inclusão, um período de 20 anos. Isso foi feito como estratégia para que o tema permitisse mais discussões e argumentações. Como citado, as partes referenciadas da Constituição Federal e das Consolidações das Leis do Trabalho, foram levadas em conta e incluídas na revisão como forma de agregar conhecimento sobre os aspectos legislativos, para que, no ato da leitura, as pessoas possam obter todas as bases teóricas para a construção e fixação das informações de forma clara e consistente.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

3.1 Jornadas de trabalho e seus aspectos legais

As leis trabalhistas apareceram pela primeira vez positivadas, em 1943 no Estado Novo, durante o mandato de Getúlio Vargas. Essa legislação tinha como principal ponto regularizar as relações individuais e coletivas de trabalho entre empregador e empregado.

Na conjuntura das leis trabalhistas, encontram-se as jornadas de trabalho, como prevista no Art. 4º da CLT, “Considera-se como serviço efetivo o período em que o empregado esteja à disposição do empregador, aguardando ou executando ordens, salvo disposição especial expressamente consignada.” (BRASIL, 1943).

Como espécies das jornadas de trabalho existem, as jornadas de trabalho normais, parciais e especiais. Na jornada de trabalho normal, o empregado é autorizado a trabalhar oito horas por dia e quarenta e quatro horas por semana, como previsto na redação do Art. 58 da CLT: “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), sendo permitido estender seu trabalho por mais duas horas extras compensados com cinquenta por cento a mais do valor da hora normal, Art. 58 A, §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).

Já nas espécies de trabalho parcial, o funcionário pode trabalhar de quatro à seis horas diárias com limite máximo de trinta horas semanais, sem a possibilidade de realização de horas extras, porém caso o funcionário esteja cadastrado com a jornada de trabalho semanal inferior à vinte e seis horas semanais, poderá realizar até seis horas suplementares com valor de no mínimo 50% da hora normal, segundo o Art. 58º A da CLT,

Considera-se trabalho em regime de tempo parcial aquele cuja duração não exceda a trinta horas semanais, sem a possibilidade de horas suplementares semanais, ou, ainda, aquele cuja duração não exceda a vinte e seis horas semanais, com a possibilidade de acréscimo de até seis horas suplementares semanais. (BRASIL, 1943, p. 1).

Por fim, a jornada especial de trabalho, prevista do Art. 224º a 351º da CLT, positiva as jornadas de forma individual, atendendo a subjetividade do serviço prestado, exemplo dessas horas trabalhadas são as

jornadas dos bancários que trabalham seis horas corridas nos dias úteis e trinta horas por semana como previsto no Art. 224º da CLT e também a jornada do advogado empregado, que salvo por convenção, acordo coletivo ou dedicação exclusiva, quando expressamente prevista no contrato de trabalho, que o advogado pode trabalhar oito horas diárias e quarenta e quatro semanais, no Art. 20º da Lei nº 8906 de 4 de julho de 1994, é adotado a jornada especial, pois segundo ele, “a jornada de trabalho do advogado empregado, no exercício da profissão, não poderá exceder a duração diária de quatro horas contínuas e a de vinte horas semanais, salvo acordo ou convenção coletiva ou em caso de dedicação exclusiva.” (BRASIL, 1994). Que como as demais já citadas, segue o disposto no Art. 58º, § 3º da CLT, no que diz respeito ao cumprimento de horas extras.

3.2 Aspectos médicos da extrapolação da jornada de 8 horas diárias

As horas consecutivas exercidas em um ambiente de trabalho, seja hospitalar ou em estabelecimentos de saúde, expõe esses profissionais a fatores estressantes diversos. Nesse sentido, o atendimento às demandas populacionais requer muita atenção e cuidado, para evitar que danos sejam causados aos pacientes ou até mesmo que a relação entre a equipe inter ou multidisciplinar de saúde se sinta prejudicada.

Garantir a segurança do paciente durante todo o atendimento é primordial, para que isso seja efetivado, o estado de atenção e concentração dos trabalhadores devem estar preservados.

Os acidentes estão geralmente associados à fatalidade humana, danos materiais, paradas na produção, danos à imagem da empresa, efeitos psicológicos na equipe e perda de produtividade. O estudo destas ocorrências permite uma avaliação das relações entre o homem e o ambiente onde ele exerce suas atividades, seu equilíbrio e sua deterioração, aprimorando o conhecimento técnico-científico e permitindo o planejamento e a avaliação das ações voltadas para os trabalhadores (BAKKE; ARAÚJO, 2010, p. 1).

Assim como citado anteriormente, os fatores psicológicos e a perda de produtividade se relacionam diretamente a horas trabalhadas. Portanto, é indubitável dizer que a vertente psicológica afeta a física fortemente.

Os ambientes hospitalares lidam diariamente com procedimentos complexos, equipamentos de alta tecnologia até técnicas rudimentares de assistência com aplicação de agentes químicos para fins terapêuticos, medicações, insumos especializados e, além disso, as decisões a serem tomadas necessitam de agilidade e, ao mesmo tempo, precisão. Nesse contexto, esses componentes somente podem ser feitos corretamente se o físico e o mental estiverem bem estruturados e isso só é possível se esses profissionais obtiverem momentos de descanso e alimentação, além de boa distribuição de tarefas entre a equipe.

A forma como cada profissional de saúde lida com os estressores, influenciam bastante nos processos laborais e na produtividade, como por exemplo, o exercício físico pode ser uma válvula de escape para o cansaço vindo do trabalho, o tempo com a família pode ser um ambiente vigorante. Entretanto, quando se realiza jornadas de mais de 8 horas diárias, o tempo e planejamento para execução dessas atividades se torna extremamente limitado.

Segundo Metzner et al. (2001), “é necessário uma reavaliação da condição de saúde dos trabalhadores, pois há um provável maior desgaste decorrente do tempo de exposição diário aos estressores de trabalho”. Tornando ainda o índice de capacidade para o trabalho (ICT) baixo, pois, ele avalia os reflexos na saúde dos

trabalhadores ao longo do tempo, podendo ser utilizado como instrumento de reavaliação da atual conjuntura.

A extrapolação das 8 horas seguidas realizadas pelos profissionais da saúde não são somente inconstitucionais, mas também desumanas e ineficientes, porque aumentam os riscos de danos, diminuem a produtividade, podem afetar o relacionamento familiar e individual dessas pessoas, fazendo com que todo o processo laboral seja questionado e levando cada vez mais à desqualificação dos serviços em saúde.

3.3 Da impossibilidade de uma jornada de 12 horas pela vedação constitucional

A atual Constituição da República Federativa do Brasil, promulgada em cinco de outubro de 1988, é conhecida até hoje como a Constituição Cidadã, pois traz consigo todo o processo de redemocratização e, em seus 250 artigos, deixa claro a defesa ao cidadão brasileiro.

Em especial, para o caso em questão, o Art. 7º da CRFB, traz a previsão dos direitos dos trabalhadores urbanos e rurais, abordados nos trinta e quatro incisos subsequentes, são exemplos desses direitos, o inciso V, “piso salarial proporcional à extensão e à complexidade do trabalho;” Brasil (1988), o inciso IX, “remuneração do trabalho noturno superior à do diurno;” Brasil (1988), o inciso XIII, “duração do trabalho normal não superior a oito horas diárias e quarenta e quatro semanais, facultada a compensação de horários e a redução da jornada, mediante acordo ou convenção coletiva de trabalho;” Brasil (1988), o inciso XXIII, “adicional de remuneração para as atividades penosas, insalubres ou perigosas, na forma da lei;” (BRASIL, 1988).

Diante dos incisos expostos, pode-se perceber algumas inconstitucionalidades nas relações de emprego dos profissionais da saúde, em destaque, o inciso XIII, que faz com que a importunação da jornada de trabalho 12x36 atribuída aos profissionais da saúde seja inconstitucional, pois como já previsto neste inciso, “a duração do trabalho normal não superior a oito horas diárias”, no caso em análise, os trabalhadores trabalham em média 4 horas a mais que o previsto na Constituição, mesmo que descansem 36 horas, período esse superior de 4 horas do descanso das pessoas que trabalham 8 horas por dia, e descansam 16 horas, fica claro que a pessoa que trabalha por 12 horas consecutivas tem um desgaste muito maior do que aquele que trabalha pelo horário estabelecido na constituição, além do mais, para reforçar a ilegalidade da jornada de trabalho de 12 horas, o Art. 59º da CLT, traz a seguinte afirmação, “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” (BRASIL, 1943). Isso faz com que até a CLT reconheça que, uma jornada de trabalho não pode ser superior a dez horas diárias, sendo 8 horas de jornada de trabalho normal acrescidas de no máximo 2 horas extras.

Ademais, o profissional de saúde sempre trabalha de forma retilínea com doenças e, mesmo que, com todos os cuidados, as chances de contrair para eles alguma enfermidade é superior às chances das demais profissões, além disso, trabalham diretamente com pessoas que na maioria das vezes estão em apuros, isso faz com que a profissão seja ainda mais exaustiva, e tudo isso acrescido de uma jornada de trabalho de 12 horas ou em alguns casos de até 24 horas ininterruptas, seja quase desumano, ferindo até mesmo o Art. 1º, III da CRFB, “a dignidade da pessoa humana;”, Brasil (1988), e o prejuízo não é apenas do profissional, mas, também da pessoa que é atendida por ele, que na maioria dos casos relata falta de interesse do profissional na resolução de seus problemas, porém, isso está ligado ao cansaço e desgaste físico e psicológico do profissional da saúde.

3.4 Da violação da dignidade da pessoa humana (Art. 1º, III da CRFB) na previsão legal da inexistência de intervalo para descanso e alimentação

A princípio, o Art. 1º, III da CRFB traz em seu dispositivo a seguinte obrigação: “A República Federativa do Brasil, formada pela união indissolúvel dos Estados e Municípios e do Distrito Federal, constitui-se em Estado Democrático de Direito e tem como fundamentos: III, Dignidade da Pessoa Humana.” (BRASIL,1988). A dignidade humana, em síntese, é um conjunto de direitos, que todos os cidadãos possui, que o protege contra tratamentos abusivos e degradantes, além de assegurar qualidades mínimas de sobrevivências, não há um rol predeterminado descrevendo cada ponto de defesa dos direitos humanos, pois a tentativa de sempre acompanhar as novas demandas jurídicas e sociais o torna subjetivo e volátil. Porém, os direitos humanos possuem quatro pilares que devem sempre ser mantidos: a universalidade desse direito, a essencialidade, a superioridade normativa e, por fim, a reciprocidade.

Diante disso pode-se perceber que a inconstitucionalidade da jornada de trabalho não é em vão, pois, para uma pessoa que trabalha por doze horas seguidas, e ter apenas uma hora para descansar e fazer uma refeição é extremamente desgastante, dessa forma, o trabalhador desse tipo de jornada fica cerca de onze horas de jejum e sem descanso, tornando assim um tratamento degradante com o trabalhador.

Além do mais, diante da atual situação financeira das pessoas, os profissionais que trabalham por doze horas, ao invés de descansarem pelas 36 horas seguintes, trabalham em outros lugares a fim de complementarem suas rendas. Isso faz com que o serviço desses profissionais sejam muito prejudicados pelo cansaço, pois, em áreas como a da saúde, a atenção do profissional é fator primordial para um bom atendimento, em paralelo a isso, o grande número de reclamações em razão da falta de atenção, ou até de vontade do profissional de saúde com os pacientes, está ligado diretamente com essas jornadas exaustivas, ferindo não apenas a dignidade do profissional, mas também do terceiro que é atendido por ele.

3.5 Danos à saúde dos profissionais de saúde em jornadas intensas e exaustivas de trabalho

Estar exposto a qualquer tipo de ambiente traz consequências para a forma como lidamos com as situações do cotidiano. Nesse contexto, estar envolvido nas urgências e emergências nos prontos-socorros hospitalares, unidades básicas de saúde ou unidades de pronto atendimento geram diversas respostas químicas, biológicas e sociais nos profissionais de saúde, justificando muito outros problemas advindos desse.

No âmbito fisiológico e bioquímico, os hormônios presentes no corpo humano exercem um papel fundamental na realização das atividades cotidianas, nesse sentido, a rotina de trabalho é um agente estressor importante por provocar distúrbios hormonais graves, relacionados principalmente com o cortisol.

O cortisol, dito por Gallo (2017) como “um hormônio corticosteroide da família dos esteroides, produzido pela parte superior da glândula suprarrenal no córtex suprarrenal, porção fasciculada ou média diretamente envolvida na resposta ao estresse. Também chamado de eixo (HPA)”, exerce várias funções, dentre elas a de catabolismo e de inflamação.

Dando ênfase no catabolismo, podem ser evidenciadas as funcionalidades de glicólise, quebra de proteínas musculares como fonte de aminoácidos e gliconeogênese. O catabolismo proteico é usado principalmente em situações de luta e fuga, sendo um mecanismo utilizado no início da civilização humana.

Entretanto, o trabalhador moderno, o qual passa muitas horas em constante estresse, obtém respostas efetoras prolongadas, fazendo com que “as consequências sobre o organismo sejam mais intensas, levando

ao desgaste progressivo e ao esgotamento comprometendo a performance do trabalhador” (ANGEROMI; CAMELO, 2008).

Sendo constante a liberação de cortisol, o organismo não sabe quando se trata de um risco de vida ou de uma rotina de um profissional que realiza mais de 8 horas diárias de trabalho.

Assim, a liberação constante gera um exacerbado catabolismo proteico. Levando a concluir que quanto mais longas forem as jornadas de trabalho, mais acelerado será a quebra das proteínas no aparelho musculoesquelético, diminuindo a massa muscular do trabalhador e, conseqüentemente, sua capacidade física para o trabalho.

Existem também outras conseqüências da liberação constante de desse hormônio como a desmineralização dos ossos e a vasoconstrição provocada por ele, podendo gerar aumento da pressão arterial e da resistência periférica vascular.

Portanto, os efeitos fisiológicos sobre o metabolismo dos profissionais ficam afetados diretamente por longos períodos em ambientes estressantes e que geram exaustão física e psicológica.

4 CONCLUSÕES

Em conclusão, as jornadas exaustivas de mais de 8 horas consecutivas, feitas muitas vezes por necessidade, trazem várias problemáticas em sua realização, tanto no que diz respeito à constituição, quanto aos danos à saúde do trabalhador, do funcionamento dos serviços e da equipe multiprofissional.

É de extrema importância discutir sobre todos os fatores externos e internos que envolvem esse fato tão recorrente no universo trabalhista moderno.

Assim sendo, foi possível elaborar argumentos fundamentados, feitos de esteio para que os gestores da nossa sociedade possam refletir e reformular o que for possível para uma melhor qualidade de vida e de trabalho aos profissionais da saúde.

Somente com mais apoio constitucional e legislativo eles poderão entregar o melhor de si aos usuários dos sistemas de saúde, atendendo-os com empatia, atenção e respeito. Pois a previsão legal da jornada 12x36 se trata de uma norma contrária ao Art. 7º, XIII da CRFB, tornando-o inconstitucional.

5 REFERÊNCIAS

AVELINO, J. A. *et al.* Jornada de trabalho 12 x 36: prejudicialidade à saúde do trabalhador. **Interfaces Científicas-Direito**, v. 7, n. 2, p. 101-116, 2019.

BAKKE, H. A.; ARAÚJO, N. M. C. Acidentes de trabalho com profissionais de saúde de um hospital universitário. **Produção**, v. 20, p. 669-676, 2010.

BRASIL. Consolidação da Leis do Trabalho – CLT. **Decreto-Lei 5.452 de 1º de maio de 1943**. Consolidação das Leis do trabalho, Brasília-DF, v.7, 1943. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/Decreto-Lei/Del5452.htm. Acesso em: 21 nov. 2021.

BRASIL. **Constituição da República Federativa do Brasil**: promulgada em 5 de outubro de 1988. 4. ed. São Paulo: Saraiva, 1990. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/Constituicao/Constituicao.htm. Acesso em: 21 nov. 2021.

CARLOTTO, M. S.; CÂMARA, S. G. Análise da produção científica sobre a Síndrome de Burnout no Brasil. **Psico**, Porto Alegre, v. 39, n. 2, p. 152-158, abr./jun. 2008. Disponível em: <https://revistaseletronicas.pucrs.br/index.php/revistapsico/article/view/1461/3035>. Acesso em: 28 dez. 2021.

CONTE, A. L. Qualidade de vida no trabalho: Funcionários com qualidade de vida no trabalho são mais felizes e produzem mais **Revista FAE business**, v. 7, p. 32-34, 2003.

COSTA, P. S. N. *et al.* A jornada de trabalho 12x36 e seus reflexos à saúde do trabalhador. **Práxis Jurídica**, v. 4, n. 2, p. 1-23, set./dez. 2020. Disponível em: <http://anais.unievangelica.edu.br/index.php/praxisjuridica/article/view/6416/3442>. Acesso em: 28 dez. 2021.

DE ÁVILA, G. N.; CARMO, R. R. A. Os Reflexos Prático-Legais da Jornada de Trabalho 12X36 com Advento da Lei n. 13.467/2017 e a Evidência do Pseudo-Avanço. **Temáticas do Meio Ambiente de Trabalho Digno**. Volume II. São Paulo: LTR editora, 2020, p. 99.

DE MORAIS, L. B. M.; DE MORAIS, D. T. B. M. O dano existencial nas relações trabalhistas à luz do princípio constitucional da dignidade da pessoa humana. **Revista Processos de Estudos de Gestão, Jurídicos e Financeiros**, Brasília-DF, v. 7, n. 26, p. 44-65, abr./jun. 2016. Disponível em: <http://periodicos.processus.com.br/index.php/egjf/article/view/115/103>. Acesso em: 28 dez. 2021.

DE OLIVEIRA, L. A. R.; LEITE, M. V.; DE PAULA, A. F. A regulamentação da jornada 12x36 e o impacto à saúde do trabalhador. In: **IV CONGRESSO REGIONAL DE DIREITO**, v. 1, p. 67, 2018.

GALLO, O. Influência do Hormônio Cortisol nos Trabalhadores Durante o Trabalho: Um Estudo Teórico. **Conhecimento Interativo**, São José dos Pinhais-PR, v. 11, n. 1, p. 2-11, jan./jun. 2017. Disponível em: <http://app.fiepr.org.br/revistacientifica/index.php/conhecimentointerativo/article/view/170/211>. Acesso em: 28 dez. 2021.

METZNER, R. J.; FISCHER, F. M. Fadiga e capacidade para o trabalho em turnos fixos de doze horas. **Revista de Saúde Pública**, v. 35, p. 548-553, 2001.

MIRANDA, F. S. M. P. A mudança do paradigma econômico, a Revolução Industrial e a positivação do Direito do Trabalho. **Revista Eletrônica Direito**, Rio Grande do Sul, v. 3, n. 1, p. 1-24, dez. 2012. Disponível em: <http://docs.uninove.br/artefac/publicacoes/pdf/v3-n1-2012/Fer1.pdf>. Acesso em: 28 dez. 2021.

SILVA, E. B. A ilegalidade do sistema de compensação de jornada de trabalho 12 x 36. **Revista Direito Público**, Brasília-DF, v. 4, n.17, p. 1-18, jul./set. 2007. Disponível em: http://191.232.186.80/bitstream/123456789/554/1/Direito%20Publico%20n172007_Edson%20Braz%20da%20Silva.pdf. Acesso em: 28 dez. 2021.