

Nome do Candidato: Alexandre Araújo Gomes
Nº de Inscrição:

FOLHA DEFINITIVA

TÍTULO:	Trabalhar Menos, Viver Melhor
1	O Trabalhador está adoecendo, e não é novidade para
2	os brasileiros. Diagnósticos como insônia, depressão, ansie-
3	dade, burnout, entre outros transtornos mentais, ligados
4	ao trabalho excessivo são - atualmente - alguns dos princi-
5	pais motivos para o afastamento por questões de saúde.
6	Somente no ano de 2022, foram mais de 200 mil casos,
7	segundo o Instituto Nacional de Seguridade Social (INSS).
8	Mudanças que beneficiam o trabalhador são historicamente de-
9	moradas para ocorrer no Brasil, um dos últimos países
10	que aboliu a escravidão, que teve a jornada de trabalho
11	reduzida, de 48 horas por semana, apenas, para 44
12	horas, somente em 1988, com a promulgação da atual
13	Constituição em vigor.
14	Entretanto, apesar de 37 anos ter se passado, pouco
15	havia se falado, porém, com o surgimento de novas
16	tecnologias, como a Inteligência Artificial, vem fazendo
17	com que o profissional precise estar cada vez mais
18	atualizado, estudar mais, e consequentemente, se ren-
19	ter mais pressionado para ser mais produtivo e com
20	medo de ser substituído, o que agrava ainda mais os
21	seus problemas psicológicos.
22	Além disso, as transformações do mercado atual têm
23	empurrado a população para a informalidade com re-
24	formas que flexibilizam a relação de trabalho. Fenômeno
25	conhecido como "Pejotização", para explorar ainda mais
26	o empregado. Bem como, prestadores de serviços para
27	aplicativos de vendas pela internet, pois não possuem
28	nenhuma garantia ou segurança previdenciária caso
29	precisem se aposentar dos seus direitos. Além de Ter que
30	conviver com os desperdícios do Trabalho - como manuten-
31	ção do veículo ou eventuais danos a terceiros se houver
32	algum acidente - sem qualquer tipo de ajuda de
33	custo.
34	Reduzir a jornada vai além do que apenas
35	diminuir a carga horária semanal, com 39% da
36	população adulta atuando na informalidade, é ne-
37	cessário pensar em formas de como trazê-los para
38	a formalidade, dar acesso à condições mais dignas
39	para que possam aproveitar mais tempo com a sua

40	família e os seus hobbies. Ademais, investir em políticas
41	públicas de atenção à saúde mental de forma preventiva.
42	Embora ainda há muita relutância por parte de empresá-
43	rios, por alegarem, sem fundamento algum, de que seria prejudi-
44	cial para a economia. Testes feitos em outros países, como Portugal,
45	Alemanha, Espanha, e até mesmo na Bélgica, que reduziu
46	para quatro dias de trabalho por semana, não houve impacto
47	negativo na produção, tampouco no lucro das empresas. Para
48	um trabalhador bem valorizado e descansado, renderá
49	mais e menores riscos de sofrer acidentes.
50	

joaooliveira@ceisc.com.br
joaooliveira@ceisc.com.br

joaooliveira@ceisc.com.br

joaooliveira@ceisc.com.br

joaooliveira@ceisc.com.br