

O DIREITO À DESCONEXÃO DO PROFESSOR DO ENSINO SUPERIOR

CRUZ, S.D.¹; SILVA, M.B.²

Palavras-chave: Direito do Trabalho. Docência. Desconexão.

INTRODUÇÃO

A hiperconectividade, intensificada pela globalização e avanço tecnológico, tem diluído as fronteiras entre vida profissional e pessoal, impactando significativamente os professores do ensino superior. Estes profissionais enfrentam múltiplas demandas, estendendo o trabalho para além do ambiente universitário e impondo disponibilidade constante. O direito à desconexão emerge como essencial para preservar a dignidade humana e a saúde física e mental, garantindo tempo para lazer e autocuidado.

Em que pese não seja regulamentado no Brasil, encontra respaldo na Constituição Federal de 1988, e neste sentido este trabalho analisa a relevância do direito à desconexão para o equilíbrio profissional e pessoal do professor universitário, percorrendo a evolução do direito do trabalho e os fundamentos constitucionais que justificam a necessidade de proteção contra a jornada excessiva e o adoecimento profissional.

OBJETIVO

Analisar o direito à desconexão sob a ótica do professor universitário, destacando sua relevância para o equilíbrio entre vida profissional e pessoal e para a preservação da qualidade do ensino.

MÉTODO

¹ Suellen Diane da Cruz. Acadêmica do Curso de Bacharelado em Direito da Faculdade de Apucarana – FAP. Apucarana – Pr. 2025.

² Márcio Barboza da Silva. Orientador da pesquisa. Docente do Curso de Bacharelado em Direito da Faculdade de Apucarana – FAP. Apucarana – Pr. 2025.

O estudo aborda a evolução histórica do direito do trabalho, desde a Revolução Industrial até as reformas recentes, contextualizando a emergência de novos direitos frente às transformações sociais e tecnológicas. Em seguida, explora os fundamentos constitucionais e humanos que justificam a desconexão, enfatizando as consequências da jornada excessiva, como o desgaste físico e mental, e o risco de adoecimento profissional. A pesquisa examina a relação entre o contexto atual da docência e a necessidade de proteção normativa adequada, com base em autores como Delgado (2020), Romar (2021), Nascimento (2014), Martins (2021) e Cassar (2022).

RESULTADOS

A análise do trabalho docente no ensino superior revela uma intensificação das atividades impulsionada pela hiperconectividade, resultando em sobrecarga e diluição das fronteiras entre vida profissional e pessoal. A ausência de limites claros para a comunicação digital fora do horário de expediente gera desgaste físico e psíquico. O direito à desconexão é fundamentado em princípios constitucionais como a dignidade da pessoa humana (art. 1º, III, CF/88), o valor social do trabalho (art. 1º, IV, CF/88) e o direito à saúde e ao lazer (art. 6º, CF/88).

Frisa-se a necessidade de regulamentação específica no Brasil, inspirada em experiências internacionais (FRANÇA, 2016), e a importância de políticas institucionais e negociação coletiva para estabelecer limites à comunicação eletrônica e promover o respeito ao tempo de descanso dos professores.

CONCLUSÃO

A efetivação do direito à desconexão é primordial para a proteção da saúde docente, a valorização da profissão e a melhoria da qualidade da educação superior. Neste sentido, é fundamental um arcabouço jurídico e institucional que garanta aos professores o direito de se desligar das atividades laborais fora do expediente, combatendo a hiperconectividade. A complexidade da gestão do tempo e das demandas na docência universitária exige a implementação de diretrizes claras e a promoção de uma cultura institucional que valorize o equilíbrio entre vida profissional e pessoal (Veiga, 2009; Morosini, 2014).

Ademais, a falta de regulamentação específica e a ausência de políticas institucionais claras contribuem para a precarização do trabalho docente, expondo-os a riscos de esgotamento profissional (Martins, 2021).

Portanto, políticas claras, conscientização sobre os impactos da sobrecarga e uma cultura organizacional que priorize o bem-estar são essenciais para um ambiente de trabalho saudável e produtivo, em consonância com os princípios constitucionais.

REFERÊNCIAS

BRASIL. **Constituição da República Federativa do Brasil de 1988**. Brasília: Senado Federal, 1988.

CASSAR, Vólia Bomfim. **Direito do Trabalho**. 18. ed. Rio de Janeiro: Forense; São Paulo: MÉTODO, 2022.

DELGADO, Maurício Godinho. **Curso de Direito do Trabalho**. 19. ed. São Paulo: LTr, 2020.

FRANÇA. Lei n. 2016-1088, de 8 de agosto de 2016. **Relativa ao trabalho, à modernização do diálogo social e à garantia dos percursos profissionais**. Journal Officiel de la République Française, Paris, 9 ago. 2016. Disponível em: <https://www.legifrance.gouv.fr/loda/id/JORFTEXT000032983213/>. Acesso em: 17 set. 2025.

MARTINS, Sérgio Pinto. **Direito do Trabalho**. 37. ed. São Paulo: Saraiva, 2021.

MOROSINI, Marília Costa. **A docência universitária: desafios e perspectivas**. Revista Brasileira de Educação, v. 19, n. 56, p. 13-32, 2014.

NASCIMENTO, Amauri Mascaro. **Curso de Direito do Trabalho**. 29. ed. São Paulo: Saraiva, 2014.

ROMAR, Carla Teresa Martins. **Direito do Trabalho**. 17. ed. São Paulo: Saraiva Educação, 2021.

VEIGA, Ilma Passos Alencastro. **Docência universitária na educação superior. In: Repensando a didática**. 28. ed. Campinas: Papirus, 2009. em abnt corrido sem link