

							
Legislação	Consultoria	Assessoria	Informativos	Treinamento	Auditoria	Pesquisa	Confiança

# Relatório Trabalhista

Nº 067

22/08/2023

## Sumário:

- MOTORISTA PROFISSIONAL EMPREGADO - GENERALIDADES
- SONECA NO TRABALHO PARA AUMENTAR A PRODUTIVIDADE - O PAPEL DO DESCANSO ESTRATÉGICO NO AMBIENTE DE TRABALHO



## MOTORISTA PROFISSIONAL EMPREGADO GENERALIDADES

O cenário rodoviário é fundamental para a economia de um país, e os motoristas profissionais desempenham um papel crucial nesse contexto.

As normas das atividades desses profissionais, estão previstas na Seção IV-A, do Capítulo I, do Título III (normas especiais de tutela do trabalho), da CLT, que abrange os deveres, direitos e condições de trabalho dos motoristas empregados.

Essa Seção visa garantir condições de trabalho adequadas para os motoristas profissionais empregados, assegurando a segurança nas estradas, a eficiência das operações e o respeito aos direitos dos trabalhadores. É essencial para a manutenção da qualidade do transporte rodoviário e para a proteção tanto dos motoristas quanto dos demais usuários das vias.

Abaixo, exploraremos os principais pontos dessa seção, detalhando os deveres dos motoristas profissionais, a jornada de trabalho, os intervalos de descanso, as viagens de longa distância e a remuneração.

### Preceitos Especiais para Motoristas Profissionais Empregados

Os motoristas profissionais empregados de transporte rodoviário coletivo de passageiros e de transporte rodoviário de cargas são regidos por preceitos especiais desta seção. Esses preceitos visam garantir a segurança nas estradas e a regulamentação adequada das atividades dos motoristas.

### Deveres do Motorista Profissional Empregado

Os motoristas profissionais empregados têm uma série de deveres para garantir a segurança e a eficiência no desempenho de suas funções. Dentre esses deveres, destacam-se:

- estar atento às condições de segurança do veículo, visando à prevenção de acidentes;
- conduzir o veículo com perícia, prudência e zelo, seguindo os princípios de direção defensiva;
- respeitar a legislação de trânsito, especialmente as normas relacionadas ao tempo de direção e descanso;
- zelar pela carga transportada e pelo veículo, assegurando sua integridade;
- colocar-se à disposição dos órgãos públicos de fiscalização nas vias públicas; e
- submeter-se a exames toxicológicos e a programa de controle de uso de droga e álcool a cada 2 anos e 6 meses.

A recusa em realizar os exames toxicológicos e o programa de controle de uso de droga e álcool é considerada infração disciplinar, sujeita a penalizações conforme a lei.

### **Jornada de Trabalho e Intervalos**

A jornada de trabalho do motorista profissional empregado é estabelecida em 8 horas diárias, com possibilidade de prorrogação por até 2 horas extraordinárias ou, mediante acordo, por até 4 horas extraordinárias.

Ainda com relação a jornada de trabalho, deve-se observar o seguinte:

- o tempo em que o motorista estiver à disposição do empregador, excluindo intervalos para refeição e descanso, é considerado tempo de trabalho;
- é garantido ao motorista um intervalo mínimo de 1 hora para refeição, que pode coincidir com paradas obrigatórias na condução do veículo;
- em um período de 24 horas, são asseguradas 11 horas de descanso, com fracionamento e coincidência com paradas obrigatórias, garantindo 8 horas ininterruptas no primeiro período;
- em viagens de longa distância, o repouso pode ocorrer no veículo ou em alojamento adequado;
- horas extraordinárias são pagas ou compensadas conforme a Constituição Federal;
- o trabalho noturno segue as regras do art. 73 da CLT;
- horas de espera, aguardando carga ou fiscalização, são indenizadas em 30% do salário-hora;
- o tempo de espera não afeta o salário-base diário;
- esperas superiores a 2 horas com permanência junto ao veículo são consideradas repouso;
- a jornada do motorista empregado não possui horário fixo; e
- o motorista é responsável pelas anotações e registros durante o serviço.

### **Viagens de longa distância e Repouso Semanal**

Em viagens com duração superior a 7 dias, o repouso semanal é de 24 horas ou fração, além do intervalo diário de 11 horas.

Observando-se:

- o repouso semanal pode ser fracionado em 2 períodos;
- a cumulatividade de descansos semanais é limitada a 3 descansos consecutivos;
- após jornada normal, se o veículo estiver parado, o motorista é dispensado do serviço;
- intervalos de repouso não são considerados jornada;
- com 2 motoristas, o repouso pode ocorrer com o veículo em movimento; e
- em situações excepcionais, a jornada pode ser estendida até local seguro.

### **Regras para Transporte de Passageiros**

Para o transporte de passageiros, é permitido fracionar o intervalo de condução em períodos de no mínimo 5 minutos. O intervalo para refeição também pode ser fracionado em 2 períodos.

### **Jornada Especial de Trabalho**

Convenção ou acordo coletivo podem prever jornada especial de 12 horas de trabalho por 36 horas de descanso.

### **Remuneração Específica**

A remuneração do motorista pode ser baseada na distância percorrida, tempo de viagem ou natureza da carga, desde que não comprometa a segurança rodoviária e cumpra as normas da legislação.



## **SONECA NO TRABALHO PARA AUMENTAR A PRODUTIVIDADE O PAPEL DO DESCANSO ESTRATÉGICO NO AMBIENTE DE TRABALHO**

**O equilíbrio entre produtividade e bem-estar dos colaboradores tem sido uma busca constante no mundo corporativo. Um novo *insight* surge através de estudos que indicam que tirar sonecas durante o expediente pode, de fato, aumentar a produtividade.**

**Embora possa parecer contra-intuitivo, essa prática vem sendo cada vez mais aceita e adotada por empresas de diversos setores, impulsionando um ambiente de trabalho mais saudável e eficiente.**

**Abaixo, segue-se as descobertas de um estudo conduzido pela Universidade de Michigan sobre o impacto positivo das sonecas no trabalho, destacando a influência no controle emocional, os benefícios para diferentes profissões e as estratégias adotadas por empresas pioneiras para implementar essa prática.**

### **Relação entre Sonecas e Produtividade**

A pesquisa conduzida pela Universidade de Michigan examinou como cochilos durante o dia influenciam o controle emocional de indivíduos com idades entre 18 e 50 anos. Os resultados apontaram que a soneca tem a capacidade de neutralizar comportamentos impulsivos, aumentar a tolerância à frustração e melhorar a segurança no ambiente de trabalho. Através da análise de tarefas computadorizadas e respostas a questionários sobre sonolência, humor e impulsividade, os pesquisadores puderam observar que os participantes que tiraram sonecas tiveram melhor desempenho em tarefas desafiadoras, dedicando mais tempo e demonstrando maior resiliência emocional em face da frustração.

### **Profissões e o Hábito de Cochilar no Trabalho**

A propensão para tirar sonecas no ambiente de trabalho varia conforme a profissão e as demandas associadas. Profissionais que lidam com tecnologia, por exemplo, frequentemente relatam cochilar durante o horário de trabalho, com 70% dos entrevistados admitindo essa prática. Setores como construção (68%) e governo/administração pública também se destacam. O Google é um exemplo notável, oferecendo cápsulas de soneca em suas instalações, refletindo uma tendência crescente em empresas modernas que priorizam a saúde e bem-estar de seus colaboradores.

### **Estratégias de Implementação de Sonecas no Trabalho**

Empresas visionárias têm adotado estratégias inovadoras para implementar a prática de cochilar no ambiente de trabalho. A Ben & Jerry's, por exemplo, oferece uma sala de cochilos há mais de uma década, baseada na crença de que colaboradores felizes são mais produtivos. Iniciativas como essa têm se espalhado por outras empresas, como o The Huffington Post, que disponibiliza salas de cochilos em seus escritórios de Nova York. A compreensão de que a saúde dos colaboradores está intrinsecamente ligada à saúde da empresa tem impulsionado a criação de espaços confortáveis para um cochilo restaurador.

### **Considerações Finais**

À medida que a dinâmica do trabalho evolui, a importância de estratégias que promovam o bem-estar dos colaboradores se torna cada vez mais evidente. A pesquisa da Universidade de Michigan revela que tirar sonecas estratégicas durante o expediente pode resultar em maior produtividade, melhor controle emocional e um ambiente de trabalho mais seguro. Profissões diversas têm aderido a essa prática, enxergando-a como uma ferramenta valiosa para o desempenho e a satisfação dos colaboradores. Empresas pioneiras estão liderando o caminho ao oferecer espaços dedicados ao descanso, reconhecendo que o investimento na saúde dos colaboradores se traduz em ganhos significativos de produtividade e satisfação geral. Em um cenário em constante mudança, abraçar essa tendência pode ser a chave para um futuro de trabalho mais eficaz e equilibrado.