

**ACADÊMICA: ANA PAULA NOGUEIRA**  
**ORIENTADOR: JOSEMAR SIMBALISTA**  
**TEMA: O DIREITO DE DESCONEXÃO NO TELETRABALHO**

**RESUMO:** O presente trabalho tem como objetivo analisar o direito à desconexão do teletrabalhador em face das constantes mudanças nas relações de trabalho. O Direito a desconexão consiste no efetivo descanso após a jornada de trabalho, do direito ao lazer e de desfrutar dos momentos com seus familiares. Com a modernização dos meios de comunicação, o teletrabalho passou a ser uma opção que traz vantagens as empresas, havendo cada vez mais sua adesão. Assim, há a necessidade de adequar à legislação para regular as novas tendências do mercado de trabalho. A Constituição Federal de 1988 por meio dos direitos e garantias fundamentais assegura ao trabalhador o direito a desconexão, no entanto, a falta de legislação que regule a jornada do teletrabalhador traz a possibilidade de o empregador lhe submeter a jornadas extenuantes. Através da análise da legislação vigente, bem como, da recente reforma trabalhista, verifica-se que o houveram algumas mudanças nos direitos dos teletrabalhadores. Essa mudança traz a exclusão desses trabalhadores do capítulo II que prevê a duração do trabalho prevista na CLT, de modo a acarretar a não “limitação” de jornada para esse trabalhador, podendo restringir-lhe direitos, de maneira que o seu tempo de descanso se confundirá com o de trabalho. A flexibilização das normas trabalhistas deve observar, contudo, os direitos fundamentais consagrados em nossa Carta Maior, em especial no que se refere à limitação da jornada de trabalho, observando o valor social do trabalho, bem como, a dignidade da pessoa humana, para que não possamos perder de vista os direitos que ao longo dos tempos foram conquistados e que visam dar aos trabalhadores melhores condições de trabalho. Espera-se do presente estudo, demonstrar que a observância ao direito a desconexão pelo empregador é de extrema importância, a fim de resguardar sua saúde assim como sua integridade física.

**PALAVRAS-CHAVE:** Direito à Desconexão. Teletrabalho. Legislação. Integridade Física.