

# O USO DE FERRAMENTAS DIGITAIS PELAS ORGANIZAÇÕES E SUA INTERFERÊNCIA NA VIDA PRIVADA DO TRABALHADOR

*Rafaella Reder Santos Taveira, Maria Eduarda Carvalho de Souza, João Emilio de Assis Reis*  
[joao.reis@ifrj.edu.br](mailto:joao.reis@ifrj.edu.br)

O avanço das Tecnologias da Informação e Comunicação (TIC) tem promovido significativas transformações no mundo do trabalho, impulsionando a produtividade e a eficiência, mas também gerando novas formas de controle e intensificação das atividades laborais que impactam negativamente direitos fundamentais dos trabalhadores. O presente estudo parte do entendimento de que o direito à desconexão digital é elemento essencial para a preservação da saúde mental, da privacidade e da intimidade do trabalhador, assegurando-lhe o direito ao descanso e ao sossego fora da jornada contratual. O objetivo central da pesquisa é identificar e analisar a incidência de violações desse direito entre trabalhadores presenciais com vínculo formal atuantes na Baixada Fluminense e na cidade do Rio de Janeiro, quando acionados por meio de TIC – como e-mails, aplicativos de mensagens ou plataformas corporativas – para executar tarefas fora do horário regular de trabalho. Busca-se ainda mapear as normas trabalhistas infringidas, os tipos e a frequência dessas violações, as ferramentas tecnológicas utilizadas e os efeitos percebidos pelos trabalhadores sobre sua saúde e bem-estar. A metodologia proposta possui caráter descritivo e quantitativo, utilizando questionários autoadministrados e online, aplicados a uma amostra mínima de mil trabalhadores distribuídos entre os quatorze municípios da Baixada Fluminense e a capital fluminense. O instrumento, composto por perguntas estruturadas, visa identificar padrões de comportamento, intensidade das interferências e percepção dos impactos causados pelo uso abusivo de TIC fora do expediente. Além disso, o estudo compreende uma revisão bibliográfica e legislativa acerca da proteção legal da jornada laboral e dos efeitos do trabalho conectado na vida privada. A investigação é uma pesquisa em andamento que se encontra na fase de coleta de dados. Os resultados esperados incluem a elaboração de um panorama empírico detalhado das violações ao direito de desconexão, contribuindo para o reconhecimento social e jurídico da importância de limitar o uso de tecnologias fora do expediente como medida de preservação da saúde e da dignidade do trabalhador. O resultado da investigação pode ser aplicado, assim, para subsidiar a formulação de políticas públicas e o aprimoramento da legislação trabalhista, fortalecendo a cultura de respeito ao tempo de descanso e à privacidade nas relações laborais.

**Palavras-chave:** gestão de pessoas; direito do trabalho; proteção do trabalhador; tecnologias da informação e comunicação; direito à desconexão digital.

**Área de conhecimento:** Ciências Sociais Aplicadas

**Financiamento:** IFRJ, FAPERJ.

