



PROJETO DE LEI Nº , DE 2025
(Do Sr. AMOM MANDEL)

Altera a Consolidação das Leis do Trabalho - CLT, aprovada pelo Decreto-Lei nº 5.452, de 1º de maio de 1943, para dispor sobre regulamentação de pausa para Saúde Mental do Trabalhador.

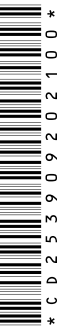
O CONGRESSO NACIONAL decreta:

Art. 1º A Consolidação das Leis do Trabalho — CLT, aprovada pelo Decreto-Lei nº 5.452, de 1º de maio de 1943, passa a vigorar acrescida do art. 71-B:

“Art. 71-B. Nos regimes de trabalho contínuo cuja duração ultrapasse seis horas diárias, o empregador deverá assegurar ao empregado uma pausa curta de 5 (cinco) minutos destinada exclusivamente ao descanso mental, sem efeitos remuneratórios e sem prejuízo do intervalo intrajornada previsto no art. 71.

§ 1º A pausa prevista no caput não se confunde com o intervalo intrajornada, não possui natureza salarial e não gera reflexos de qualquer espécie.

§ 2º A organização da pausa observará critérios de razoabilidade e proporcionalidade, podendo ser definida por regulamento interno,





acordo coletivo ou convenção coletiva, desde que assegurada sua concessão mínima.

§ 3º A pausa deverá ocorrer preferencialmente na metade do período trabalhado após a ultrapassagem da sexta hora, podendo ser ajustada segundo as características da atividade, desde que não prejudique sua finalidade de descanso mental.

§ 4º A pausa poderá ser fracionada em situações excepcionais de interesse público ou de natureza operacional essencial, desde que preservado o tempo total previsto no caput.

§ 5º Nas atividades cuja execução não possa ser interrompida, o empregador poderá adotar mecanismos alternativos de descanso breve, garantida a equivalência temporal da pausa.” (NR)

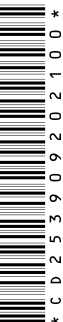
Art. 2º Esta Lei entra em vigor 180 (cento e oitenta) dias após sua publicação.

JUSTIFICAÇÃO

A presente proposição tem como finalidade inserir na Consolidação das Leis do Trabalho um mecanismo simples, eficaz e de baixíssimo impacto econômico para preservação da saúde mental dos trabalhadores em jornadas superiores a seis horas diárias.

Câmara dos Deputados | Anexo IV Gabinete 760 | – CEP: 70160-900 –
Brasília-DF

Tel (61) 3215-5760 | dep.amommandel@camara.leg.br





Trata-se da previsão de uma pausa curta de cinco minutos, sem natureza salarial, sem reflexos remuneratórios e sem acréscimo de custo para o empregador ou para o Poder Público.

A medida se fundamenta em evidências consolidadas de saúde ocupacional, indicando que breves interrupções do esforço cognitivo reduzem significativamente níveis de estresse, fadiga mental e erros operacionais, além de aumentarem a produtividade média ao longo da jornada.

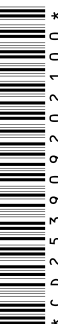
O ambiente de trabalho contemporâneo demanda atenção constante, processamento acelerado de informações e alta exposição a tarefas repetitivas ou de pressão temporal elevada. A literatura de neuroergonomia demonstra que pausas curtas e regulares contribuem para a restauração de funções executivas do cérebro, reduzindo o risco de adoecimento psíquico, como ansiedade, exaustão emocional e síndrome de burnout.

Essa medida é amplamente adotada em setores privados que buscam eficiência, sendo corrente em diretrizes internacionais de segurança do trabalho, inclusive em países com legislação avançada, que reconhecem a pausa breve como instrumento essencial de proteção preventiva.

A proposta não cria entraves burocráticos nem onerosos. A pausa não substitui nem altera o intervalo intrajornada, não gera pagamento adicional, não cria novo direito indenizável e não acarreta impactos fiscais ou administrativos ao Estado. Sua implementação dependerá apenas de ajuste organizacional interno, preservando-se a autonomia negocial coletiva ao permitir que acordos ou convenções estabeleçam formas adequadas de operacionalização conforme as características de cada setor produtivo. Também se assegura flexibilidade para atividades ininterruptas e serviços essenciais, mediante mecanismos equivalentes, sem afetar a continuidade operacional.

Câmara dos Deputados | Anexo IV Gabinete 760 | – CEP: 70160-900 –
Brasília-DF

Tel (61) 3215-5760 | dep.amommandel@camara.leg.br





CÂMARA DOS DEPUTADOS
Gabinete do Deputado Federal **AMOM MANDEL – CIDADANIA/AM**

A escolha legislativa de incluir o dispositivo diretamente na CLT garante coerência normativa e segurança jurídica, evitando a dispersão regulatória e alinhando a medida às demais disposições sobre jornada de trabalho. A redação segue os princípios da dignidade da pessoa humana, da redução dos riscos inerentes ao trabalho e da valorização social do trabalho.

Diante dos benefícios comprovados, da simplicidade da implementação e da inexistência de custos adicionais, a proposta oferece ganho real de bem-estar e produtividade aos trabalhadores brasileiros, constitui medida equilibrada e moderna e representa avanço significativo na proteção à saúde mental no ambiente laboral.

Essas razões justificam plenamente sua aprovação pelo Congresso Nacional, para tanto solicito o apoio dos nobres pares.

Sala das Sessões, em de de 2025.

Deputado AMOM MANDEL
(CIDADANIA/AM)

Câmara dos Deputados | Anexo IV Gabinete 760 | – CEP: 70160-900 –
Brasília-DF

Tel (61) 3215-5760 | dep.amommandel@camara.leg.br

