

							
Legislação	Consultoria	Assessoria	Informativos	Treinamento	Auditoria	Pesquisa	Confiança

Relatório Trabalhista	
Nº 091	08/11/2024

Sumário:

- SÍNDROME DE BURNOUT - CAUSAS E IMPACTOS NO AMBIENTE DE TRABALHO
- APOSENTADORIA PROGRAMADA - GENERALIDADES
- HAPPY HOUR - INTEGRAÇÃO NA EMPRESA - PROGRAMAS DE RH



SÍNDROME DE BURNOUT CAUSAS E IMPACTOS NO AMBIENTE DE TRABALHO

A Síndrome de Burnout, também conhecida como Síndrome do Esgotamento Profissional, é um distúrbio emocional caracterizado por exaustão extrema, estresse e esgotamento físico. Este problema é frequentemente observado em profissionais que enfrentam ambientes de trabalho altamente competitivos ou com grandes responsabilidades, como médicos, enfermeiros, professores, policiais, jornalistas, entre outros. Exemplo prático: Um médico que lida com constantes emergências e longas horas de trabalho pode desenvolver Burnout devido ao excesso de responsabilidades e estresse.

SINTOMAS

Os sintomas da Síndrome de Burnout incluem nervosismo, sofrimentos psicológicos e problemas físicos. Alguns dos principais sinais são cansaço excessivo (físico e mental), dor de cabeça frequente, alterações no apetite, insônia e dificuldades de concentração. Exemplo prático: Um professor que começa a se sentir constantemente exausto, sem conseguir dormir bem e com dores frequentes, pode estar desenvolvendo Burnout.

DIAGNÓSTICO

O diagnóstico da Síndrome de Burnout deve ser feito por um profissional de saúde, como psiquiatra ou psicólogo, após uma análise clínica detalhada. Muitas vezes, os sintomas são negligenciados ou mal interpretados, o que torna essencial a busca por ajuda especializada. Exemplo prático: Um jornalista que sente um esgotamento contínuo e falta de motivação deve procurar um psicólogo para avaliação e orientação.

TRATAMENTO

O tratamento da Síndrome de Burnout envolve psicoterapia e, em alguns casos, medicamentos como antidepressivos ou ansiolíticos. A duração do tratamento pode variar, mas mudanças nas condições de trabalho e no estilo de vida são cruciais para a recuperação. Exemplo prático: Um enfermeiro que sofre de Burnout pode se beneficiar de sessões de terapia e de um período de férias para descanso e lazer.

PREVENÇÃO

A melhor forma de prevenir a Síndrome de Burnout é adotar estratégias que diminuam o estresse e a pressão no ambiente de trabalho. Isso inclui definir pequenos objetivos, participar de atividades de lazer, evitar o contato com pessoas negativas e manter uma rotina de exercícios físicos. Exemplo prático: Um policial pode prevenir o Burnout ao estabelecer metas diárias manejáveis, se exercitar regularmente e passar tempo com a família e amigos.

Ao adotar práticas saudáveis e buscar apoio profissional quando necessário, é possível não apenas tratar a Síndrome de Burnout, mas também evitar seu desenvolvimento. Empresas que implementam políticas de bem-estar e suporte psicológico contribuem significativamente para a saúde mental e o bem-estar de seus colaboradores.



APOSENTADORIA PROGRAMADA GENERALIDADES

A aposentadoria por tempo de serviço foi extinta em 13/11/19 pela Reforma da Previdência (Emenda Constitucional nº 103, de 12/11/19, DOU de 13/11/19 - RT 093/2019).

A partir de 14/11/2019 passou a denominar-se de Aposentadoria Programada, é o novo termo utilizado para todas as aposentadorias que podem ser previamente planejadas, ou seja, o segurado consegue identificar quando vai se aposentar.

A principal regra da aposentadoria programada é a aposentadoria por “idade” e “tempo de contribuição”, unindo os dois tipos de aposentadoria que antes eram aplicadas separadamente.

As novas regras são:

Homem: 65 Anos de Idade + 20 Anos de Contribuição

Mulher: 62 Anos de Idade + 15 Anos de Contribuição

Quem contribuía com a Previdência antes de 13/11/19 pode entrar em regras de transição menos rígidas do que as normas da nova legislação.

Antes da reforma, tinham direito à aposentadoria por tempo de serviço os segurados que completassem os requisitos de tempo mínimo de contribuição e carência. Não exigia nenhuma idade mínima.

O tempo de contribuição necessário era de 30 anos, para mulheres, e de 35, para homens. A carência era de 180 meses para ambos.

Para quem estava próximo de se aposentar, a Reforma da Previdência criou quatro regras de transição para obtenção de um benefício próximo ao da aposentadoria por tempo de serviço. São elas:

- Regra dos pontos;
- Pedágio de 50%;
- Pedágio de 100%;
- Idade progressiva.

Regra dos pontos

A regra dos pontos é a atualização de uma regra anterior, que previa a soma entre o tempo de contribuição e a idade do segurado para atingir uma determinada pontuação.

Para as mulheres, essa soma foi de 87 pontos em 2020, com um mínimo de 30 anos de contribuição. Para os homens, são 97 pontos, com o mínimo de contribuição de 35 anos.

E essa proporção, seja para eles ou para elas, é acrescida de um novo ponto a cada ano que passa. Ou seja, em 2021, será preciso alcançar 88 e 98 pontos, respectivamente.

Pedágio de 50%

O pedágio de 50% é uma regra de transição direcionada para pessoas que estavam há menos de 2 anos de conseguir a aposentadoria por tempo de serviço na data da reforma, em novembro de 2019.

Nessa regra, além de alcançar o tempo mínimo de contribuição, o segurado deverá pagar um pedágio relacionado a 50% do tempo que faltava para ele poder se aposentar no momento da mudança legislativa.

Assim, para entrar nessa regra, os homens precisavam ter no mínimo 33 anos de contribuição na data da reforma e, depois, cumprir com mais 50% do tempo que faltava para alcançar os 35 anos nesse período.

Se faltavam mais dois anos, eles precisarão cumprir três; se faltava um, deverão ter mais um ano e meio de trabalho, por exemplo.

Para mulheres, o requisito era ter pelo menos 28 anos de contribuição no momento da reforma e cumprir com o pedágio dos 50% que faltavam para alcançar 30 nessa mesma data.

Pedágio de 100%

Nessa mesma lógica, há a regra do pedágio de 100%. Só que, além do tempo mínimo de contribuição e do pedágio de 100% do que faltava para adquirir esse direito na data da reforma, essa opção exige uma idade mínima.

Os requisitos são:

- 60 anos de idade para homens e 57 para mulheres;
- 35 anos de contribuição para homens e 30 para mulheres;
- Pedágio de 100% do tempo que faltava para alcançar o tempo de contribuição mínimo na data da reforma.

Aposentadoria por idade progressiva

A última opção é a regra de transição por idade progressiva, que é voltada para pessoas que precisavam de mais de dois anos para conseguir a aposentadoria por tempo de serviço quando a reforma foi aprovada.

Para as mulheres, os requisitos dessa regra são 30 anos de contribuição, como antes, só que com a idade mínima de 56 anos de idade.

A partir de 2020, são acrescidos 6 meses nessa idade mínima por ano, até alcançar 62.

Para os homens, é preciso 35 anos de contribuição e 61 anos de idade. O acréscimo por ano é o mesmo, até atingir 65.

A aposentadoria por tempo de contribuição antes das mudanças da reforma, que passaram a valer a partir de 13 de novembro de 2019, tinha três possibilidades.

Aposentadoria por tempo de contribuição geral

A principal regra dessa aposentadoria por tempo de serviço é aquela que foi explicada no início do texto. Seus requisitos são:

- 30 anos de contribuição para mulheres e 35 para homens;
- 180 meses efetivamente trabalhados, para efeitos de carência;
- Sem idade mínima.

Aposentadoria por pontos 85/95

Essa regra foi a que deu origem à transição por pontos. Antes da reforma, a sua ideia era bem semelhante, sendo exigido:

- 30 anos de contribuição para mulheres e 35 para homens;
- 180 meses de carência;
- Resultado de 85 pontos, se mulher, e 95, se homem, na soma da idade com tempo de contribuição do segurado;
- Sem idade mínima.

Aposentadoria proporcional

A aposentadoria por tempo de contribuição proporcional já era muito rara antes da reforma, considerando que é uma regra de transição para mudanças legislativas adotadas em 1998.

Além de ser aplicável para pouquíssimas pessoas, ela não costumava ser uma opção vantajosa.

Os requisitos são:

- Ter contribuições previdenciárias anteriores à 16 de dezembro de 1998;
- 25 anos de contribuição para mulheres e 30 para homens;
- Adicional de contribuição referente ao pedágio de 40% do tempo que faltava para atingir o mínimo de contribuição em 16/12/1998;
- 180 meses de carência;
- Idade mínima de 48 anos para mulheres e 53 para homens.

Aposentadoria programada especial, na regra regras de transição :

Aposentadoria por 25 Anos de Contribuição - 86 pontos

Aposentadoria por 20 Anos de Contribuição - 76 pontos

Aposentadoria por 15 Anos de Contribuição - 66 pontos

Regras para novos contribuintes (a partir do dia 13/11/2019):

Aposentadoria por 25 Anos de Contribuição - 60 Anos de Idade

Aposentadoria por 20 Anos de Contribuição - 58 Anos de Idade

Aposentadoria por 15 Anos de Contribuição - 55 Anos de Idade

Aposentadoria programada dos professores, na regra de transição:

Regra da idade mínima:

Homem: 56 Anos e 6 Meses de Idade + 30 Anos de Contribuição;

Mulher: 51 Anos e 6 Meses de Idade + 25 Anos de Contribuição;

Para essa regra é necessário acrescentar 06 meses de idade por ano até completar 60 anos de idade para os homens e 57 anos de idade para as mulheres.

Ou seja, em 2021 o homem precisará completar 57 anos e as mulheres 52.

Regra dos pontos:

Homem: 30 Anos de Contribuição + 82 pontos;

Mulher: 25 Anos de Contribuição + 92 pontos;

Para esta regra, todo ano deve ser somado 1 ponto até atingir o limite de 92 pontos para mulher e 100 pontos para o homem.

Professores que começaram a contribuir a partir do dia 13/11/2019:

Homem: 25 Anos de Contribuição + 60 Anos de Idade;

Mulher: 25 Anos de Contribuição + 57 Anos de Idade;

Aposentadoria Especial

Para os homens que se aposentam por 25 ou 20 anos de contribuição, segue a regra geral: 60% do salário de benefício + 2% para cada ano que ultrapassar os 20 anos de contribuição.

Já para os homens que se aposentam por 15 anos de contribuição, a regra é um pouco diferente: 60% do salário de benefício + 2% para cada ano que ultrapassar os 15 anos de contribuição.

Para as mulheres, apesar das regras de concessão da aposentadoria serem iguais as dos homens, o valor do benefício segue uma regra diferente. Independente do tempo de contribuição (15, 20 ou 25 anos) o valor será: 60% do salário de benefício + 2% para cada ano que ultrapassar os 15 anos de contribuição.

Legislação

Atualmente a regulamentação desse benefício está prevista na Instrução Normativa nº 128, de 28/03/22, DOU de 29/03/22, do INSS, nos seus ats. 244 a 255, que estabelecem as normas que regem Aposentadorias e Benefícios Programáveis.

Benefícios Programáveis (Art. 244)

No âmbito da legislação previdenciária, o termo “benefícios programáveis” refere-se a diversas modalidades de reformas, com exceções decorrentes de incapacidade permanente. Esse conceito engloba os principais tipos de aposentadorias que podem ser pleiteadas pelos seguros da Previdência Social.

Os benefícios programáveis abrangem todas as formas de aposentadoria, com a ressalva da aposentadoria por incapacidade permanente. Ou seja, a legislação previdenciária se concentra em fornecer alternativas para a aposentadoria que não estejam vinculadas a situações de incapacidade trabalhista definitiva.

Requisitos para Aposentadorias Programáveis (Art. 245)

As aposentadorias programáveis estão disponíveis para os segurados da Previdência Social, desde que cumpram determinados requisitos estabelecidos neste capítulo. Esses requisitos incluem idade, carência, tempo de contribuição e soma da idade com o tempo de contribuição, dependendo do caso específico de cada modalidade de contribuição.

A manutenção da qualidade do segurado não é necessária para a concessão dos benefícios programáveis, exceto para a pensão por idade do trabalhador rural segurado especial. Isso significa que, em algumas situações, o seguro pode obter a execução mesmo sem estar vinculado ao sistema previdenciário no momento do requerimento, desde que atenda aos requisitos estabelecidos.

A análise das prorrogações programáveis deve seguir a regra vigente na data do requerimento, exceto nos casos de direito adquirido. Isso significa que, se a legislação for modificada após o requisito, o seguro terá seu benefício avaliado de acordo com as regras anteriores, caso sejam mais vantajosas.

A data de início do benefício varia de acordo com a situação do segurado. Para segurados empregados, a aposentadoria pode começar a partir do desligamento do emprego ou dos Dados de Entrada do Requerimento (DER). Já para outros segurados, a aposentadoria começa a partir do DER.

Quando existirem diferentes formas de cálculo para o benefício, o benefício requerido será concedido considerando o cálculo mais vantajoso.

Rompimento de vínculo em aposentadorias a partir de 14/11/2019

A partir de 14 de novembro de 2019, as contratações que utilizam tempo de contribuição decorrente de cargo, emprego ou função pública resultarão no rompimento do vínculo que gerou esse tempo de contribuição.

Este artigo destina-se a garantir que a utilização do tempo de contribuição pública na aposentadoria implicará na cessação do vínculo correspondente. Vale ressaltar que esse rompimento de vínculo se aplica aos cargos, empregos ou funções públicas vinculadas ao Regime Geral de Previdência Social (RGPS).

Após a consolidação da aposentadoria, o INSS fornecerá informações importantes sobre o benefício aos trabalhadores por meio de um cadastro específico.

Trabalhadores Rurais (Art. 247)

Define os indivíduos considerados trabalhadores rurais para fins de concessão de aposentadoria.

- empregados rurais;
- contribuintes individuais que prestam serviço de natureza rural a empresa(s), a outro contribuinte individual equiparado a empresa ou a produtor rural pessoa física;
- contribuintes individuais garimpeiros, que trabalhem, comprovadamente, em regime de economia familiar;
- trabalhadores avulsos que prestam serviço de natureza rural; e
- segurado especial.

Não são considerados trabalhadores rurais, para fins de concessão de aposentadoria:

- empregados domésticos;

- produtores rurais, proprietários ou não;
- pescador profissional; e
- contribuintes individuais garimpeiros que não comprovem atividade em regime de economia familiar.

Exceções para Produtores Rurais e Pescadores (Art. 248)

Os produtores rurais, proprietários ou não, e o pescador profissional não se aplicam às produções rurais e aos pescadores que são considerados seguros especiais.

Requisitos para Aposentadoria Programada (Art. 249)

A partir de 14 de novembro de 2019, a aposentadoria programada será concedida aos segurados do Regime Geral de Previdência Social (RGPS) que atendam os seguintes requisitos de idade e tempo de contribuição:

- 62 anos de idade, se mulher, 65 anos de idade, se homem; e
- 15 anos de tempo de contribuição, se mulher, e 20 anos de tempo de contribuição, se homem.

Para os segurados filiados ao RGPS até 13 de novembro de 2019, data da publicação da Emenda Constitucional nº 103, de 2019, aplicam-se as regras anteriores, se mais vantajosas, que será calculada na forma prevista do inciso VI do art. 233.

Art. 233 - A RMI do benefício será calculada aplicando-se sobre o salário de benefício os seguintes percentuais:

(...)

VI - aposentadoria programada: 60% do salário de benefício, com acréscimo de 2 pontos percentuais para cada ano de contribuição que exceder o tempo de 15 anos de contribuição, se mulher, e 20 anos de contribuição, se homem.

(...)

Aposentadoria Programada do Professor (Art. 250)

Os requisitos para a aposentadoria por tempo de contribuição designado a professores filiados ao Regime Geral de Previdência Social (RGPS) a partir de 14 de novembro de 2019. Esta modalidade de aposentadoria exige o cumprimento de critérios específicos para a categoria de docentes que atuam na educação básica.

As mulheres devem ter 57 anos de idade, enquanto os homens devem ter 60 anos.

Para ambos os sexos é de 25 anos de contribuição, desde que seja em exercício de funções de magistério na educação infantil, ensino fundamental ou ensino médio.

Aposentadoria por Tempo de Contribuição para Professores até 13 de Novembro de 2019 (Art. 251)

A aposentadoria por tempo de contribuição para professores que comprovaram atividade de magistério até 13 de novembro de 2019. As condições para esta categoria são reduzidas em relação à idade mínima, e a carência deve ser cumprida até a data da publicação da Emenda Constitucional nº 103 /2019.

Professores que não atingiram as condições até dezembro de 1998 podem contar o tempo de magistério até essa data com um acréscimo de 17% (homens) ou 20% (mulheres) para aposentadoria por tempo de contribuição, exigindo 35 anos (homens) e 30 anos (mulheres) de contribuição exclusiva em magistério.

O cálculo da aposentadoria segue o disposto na alínea "a" do inciso IV do artigo 233.

Art. 233 - A RMI do benefício será calculada aplicando-se sobre o salário de benefício os seguintes percentuais:

IV - aposentadoria por tempo de contribuição:

(...)

a) para direito adquirido até 13 de novembro de 2019, data da publicação da Emenda Constitucional nº 103, com tempo integral, inclusive do professor: 100% do salário de benefício, multiplicado pelo fator previdenciário, observando o disposto no art. 229;

(...)

Aposentadoria por Pontos para Professores até 13 de Novembro de 2019 (Art. 252)

O artigo 252 trata da aposentadoria por pontos para professores que se filiaram ao RGPS até 13 de novembro de 2019. Essa modalidade requer a soma de idade e tempo de contribuição, com regras específicas.

A partir de 1º de janeiro de 2020, a pontuação aumenta 1 ponto a cada ano, até chegar a 92 pontos para mulheres e 100 pontos para homens.

A idade e tempo de contribuição são apurados em dias para o cálculo da soma de pontos.
O cálculo da aposentadoria segue o disposto na alínea "c" do inciso IV do artigo 233.

Art. 233 - A RMI do benefício será calculada aplicando-se sobre o salário de benefício os seguintes percentuais:

(...)

IV - aposentadoria por tempo de contribuição:

(...)

c) para direito adquirido a partir de 14 de novembro de 2019, com implementação do acesso pelas regras de transição com pontuação ou idade mínima, inclusive do professor, previstas nos artigos 252, 253, 321 e 322: 60% do salário de benefício, com acréscimo de 2% para cada ano de contribuição que exceder 15 anos de contribuição, no caso da mulher, e 20 anos de contribuição, no caso do homem;

(...)

Aposentadoria por Idade e Tempo de Contribuição para Professores até 13 de Novembro de 2019 (Art. 253)

Este artigo apresenta critérios para aposentadoria por idade e tempo de contribuição para professores filiados até 13 de novembro de 2019, com requisitos específicos.

A partir de 1º de janeiro de 2020, a idade mínima aumenta 6 meses por ano até atingir 57 anos para mulheres e 60 anos para homens.

O cálculo da aposentadoria segue o disposto na alínea "c" do inciso IV do artigo 233.

Art. 233 - A RMI do benefício será calculada aplicando-se sobre o salário de benefício os seguintes percentuais:

(...)

IV - aposentadoria por tempo de contribuição:

(...)

c) para direito adquirido a partir de 14 de novembro de 2019, com implementação do acesso pelas regras de transição com pontuação ou idade mínima, inclusive do professor, previstas nos artigos 252, 253, 321 e 322: 60% do salário de benefício, com acréscimo de 2% para cada ano de contribuição que exceder 15 anos de contribuição, no caso da mulher, e 20 anos de contribuição, no caso do homem;

(...)

Aposentadoria com Idade Mínima e Período Adicional para Professores até 13 de Novembro de 2019 (Art. 254)

Esse artigo aborda a aposentadoria de professores filiados até 13 de novembro de 2019, com requisitos específicos de idade, tempo de contribuição e período adicional.

O cálculo da aposentadoria segue o disposto na alínea "e" do inciso IV do art. 233.

Art. 233 - A RMI do benefício será calculada aplicando-se sobre o salário de benefício os seguintes percentuais:

(...)

IV - aposentadoria por tempo de contribuição:

(...)

e) para direito adquirido a partir de 14 de novembro de 2019, com implementação do acesso pela regra de transição com idade mínima e período adicional de 100%, inclusive a do professor, prevista nos artigos 254 e 324: 100% do salário de benefício;

(...)

Consideração do Tempo de Contribuição para Aposentadoria de Professores (Art. 255)

O artigo 255 trata do tempo de contribuição considerado para a aposentadoria de professores, incluindo a exclusão de atividades não relacionadas ao magistério.

Tempo de contribuição fora do magistério não é considerado para totalização, mas é contabilizado na formação do Período Básico de Cálculo (PBC).

Não é permitida a conversão de tempo de serviço de magistério em tempo de serviço comum.



HAPPY HOUR INTEGRAÇÃO NA EMPRESA - PROGRAMAS DE RH

Como programa de RH, é uma excelente opção para integrar os colaboradores, quebrando o stress e a monotonia do trabalho.

Em português, traduzindo seria "hora feliz". Mas, não seria exatamente o seu significado à luz da tradução. Também, não se trata de comemoração, porque no happy hour inexistente qualquer motivo para se comemorar.

O happy hour é apenas um momento de descontração (hora de relaxar), geralmente entre colegas de trabalho, para se jogar conversa fora, acompanhado de petiscos e bebidas alcoólicas (muita cerveja). Normalmente, os encontros acontecem às sextas-feiras, após o expediente de trabalho, e o grupo escolhe bares e restaurantes que oferecem música ao vivo, criando um ambiente de descontração.

Prática muito comum em várias partes do mundo e em grandes cidades no Brasil. Alguns bares, de olho neste modismo, chegam a oferecer descontos promocionais de até 50%.

Algumas empresas, chegaram até disponibilizar uma sala com "barzinho" nas dependências da própria empresa para oferecer o happy hour aos seus colaboradores. Mas, sem colher qualquer resultado, porque o ambiente de trabalho não combina com momentos de descontração, ademais, a bebida alcoólica também não combina com o trabalho.

Outras, chegam a firmar uma espécie de convênio com bares, subsidiando parte dos gastos, e até opção para desconto em folha de pagamento.

Se beber, não dirija!

Como em qualquer "ôba-ôba", sempre haverá alguém que poderá exceder os limites. Cabe o RH adotar algumas medidas de conscientização para que o consumo de bebidas alcoólicas e os encontros sejam moderados.