

## Descansos intrajornada e interjornada

O empregado poderá fazer jus a 2 tipos de descanso: o intrajornada e o interjornada.

### Descanso intrajornada

O intervalo intrajornada é a pausa que ocorre durante o expediente, quando o trabalhador deve parar de trabalhar por um período de tempo, seja para descanso ou refeição.

### Descanso interjornada

Enquanto o intervalo intrajornada ocorre em meio ao horário de trabalho, ou seja, é um pequeno período para descanso e alimentação que interrompe a prestação de trabalho, o interjornada é o tempo decorrido entre o término de uma jornada e o início de outra.

### Cômputo do descanso

Como regra geral, tem-se que nenhuma das modalidades de descanso será computada na jornada de trabalho. Portanto, em regra, os descansos não são remunerados. Excepcionalmente, temos algumas espécies de trabalho cujo descanso é utilizado para a recuperação do corpo do trabalhador. Assim, os seguintes trabalhadores terão seus descansos computados na jornada de trabalho:

- Trabalhadores da mecanografia (**art. 72, CLT**);
- Digitadores (**Súmula 346, TST**);
- Trabalhadores de minas e subsolo (**art. 298, CLT**); e
- Trabalhadores de câmara frigorífica (**art. 253, CLT, e Súmula 438, TST**).

### Tipos de descanso interjornada

Como regra geral há o descanso interjornada comum, previsto no **art. 66, CLT**: entre 2 jornadas de trabalho, haverá um período de 11 horas consecutivas para descanso. Por outro turno, temos os descansos interjornada especiais, aplicáveis, por força de lei, a algumas atividades específicas. É o caso de:

- Jornalistas: 10 horas (**art. 308, CLT**);
- Operadores cinematográficos: 12 horas (**art. 235, CLT**);
- Ferroviários: 14 horas (**art. 245, CLT**);
- Jornada 12 x 36: 36 horas (**art. 59-A, CLT**);
- Serviço de telefonia com horário variável: 17 horas (**art. 229, CLT**).

Caso o descanso interjornada seja desrespeitado, o pagamento será feito com adicional de horas extras **(OJ 355, SDI-I, TST)**.