

# CONHEÇA E DEFENDA SEUS DIREITOS COMO CAMINHONEIRO



Siga nossas redes sociais



# 01

Introdução

# 02

Principais Direitos do  
Caminhoneiro

# 03

Como Identificar Seus  
Direitos Violados

# 04

Dicas Práticas para  
Comprovar Seus Direitos

# 05

O Que Fazer Quando Seus  
Direitos Forem Violados

# 06

Recupere o que é seu por  
direito e garanta o futuro da  
sua família

# INTRODUÇÃO

Ser caminhoneiro no Brasil é uma profissão essencial, mas também cheia de desafios. Jornada excessiva, falta de descanso adequado e problemas com pagamentos são queixas comuns entre os motoristas. Este informativo foi criado para esclarecer seus direitos trabalhistas, mostrar como você pode calculá-los e provar violações usando ferramentas acessíveis. Mais do que isso, queremos ajudar você a se proteger e buscar o que é seu por direito.

## PARTICIPE DA COMUNIDADE FALA CHOFER!

É um lugar seguro onde o caminhoneiro pode tirar dúvidas, relatar problemas da estrada e receber orientação jurídica especializada da equipe do Dr. Marcelo Rua.

Para participar clique no ícone a baixo:



# PRINCIPAIS DIREITOS DO CAMINHONEIRO



**Carga horária:** O limite é de 8 horas diárias, podendo ser ampliado em até 4 horas extras, desde que previamente autorizadas pelo sindicato dos caminhoneiros.



**Compensação de horas:** É permitido, desde que por acordo escrito com a empresa, podendo prorrogar até 2 horas a mais por dia, e ser for com o sindicato até 4 horas a mais por dia.



**Horário de Almoço:** Tem que ter 1 hora de intervalo para refeição e descanso, mas pode ser fracionado, desde que não inferior a 30 minutos, e tenha autorização do sindicato.



**Repouso:** A cada 6 horas de trabalho, é obrigatório um intervalo de pelo menos 30 minutos, que pode ser junto com o horário de intervalo para descanso e refeição. É também assegurado um descanso de 11 horas a cada dia trabalhado.

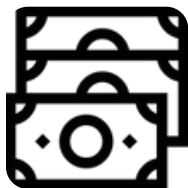
### **Descanso Semanal Remunerado:** A

cada 6 dias trabalhados, você terá direito a 1 descanso semanal, que deverá ser de 35 horas ininterruptas. Esse descanso não precisa ser no domingo, mas pelo menos 1x tem que ser. Obs: Caso você tenha que ficar cuidando do caminhão nesse período, isso pode ser considerado como tempo de trabalho, fique de olho.



### **Pagamento de Diárias:** Caso você

trabalhe viajando, você terá direito a diárias de viagem, que poderá ser de almoço, jantar e pernoite, dependendo do sindicato.



### **Salário Apenas por Comissão:** A

Justiça decidiu que é legal esse tipo de pagamento por salário por comissão, como também por quilometragem percorrida, desde de que, não seja inferior ao mínimo legal da categoria.





## Exemplo de Cálculo de Horas Extras

### Situação:

- Salário: R\$ 3.000,00 por mês.
- Horas extras: 2 horas extras por dia, 5 vezes na semana.
- Adicional: 50% sobre o valor da hora normal.

### Passo a Passo:

**1. Calcular o valor da hora normal:** Salário mensal  $\div$  220 horas (jornada mensal padrão) = R\$ 3.000,00  $\div$  220 = R\$ 13,64 por hora. **2. Calcular o valor da hora extra (com adicional de 50%):** R\$ 13,64 + (50% de R\$ 13,64) = R\$ 13,64 + R\$ 6,82 = R\$ 20,46 por hora extra. **3. Multiplicar pelo total de horas extras na semana:** 2 horas  $\times$  5 dias = 10 horas extras por semana.

**4. Calcular o valor semanal das horas extras:** 10 horas  $\times$  R\$ 20,46 = R\$ 204,60 por semana. **5. Calcular o valor mensal (considerando 4 semanas):** R\$ 204,60  $\times$  4 = R\$ 818,40 por mês em horas extras. **Resultado:** Com 2 horas extras diárias, 5 vezes por semana, o caminhoneiro deve receber R\$ 818,40 adicionais no mês.

# COMO IDENTIFICAR SEUS DIREITOS VIOLADOS

## Sinais de Irregularidades



- Trabalhar mais de 12 horas sem pagamento adicional.
- Cartões de ponto ou papeletas com horário diverso do que você faz.
- Falta de intervalos ou repouso adequado.
- Diárias de viagem não pagas ou descontos indevidos.
- Apenas comissão, valores abaixo do mínimo.

## Exemplos do Cotidiano

- **Excesso de horas:** "Sou obrigado a dirigir por mais de 14 horas sem descanso." **Despesas não reembolsadas:** "Pago meu próprio almoço e hospedagem durante as viagens."
- **Tanque de combustível:** "Meu caminhão tem capacidade de 300L tenho direito a periculosidade"
- **Horas Extras 100%:** "Trabalho + de 15 dias sem parar"

# DICAS PRÁTICAS PARA COMPROVAR SEUS DIREITOS

## 1. Geolocalização do Celular

O Google Maps registra de forma automática seus deslocamentos.



### Passo a passo:

- Abra o Google Maps.
- Clique em “Linha do tempo” para acessar o histórico de localização. Lembre-se de deixar essa função sempre ativa.
- Salve as informações que mostram suas jornadas de trabalho.

## 2. Mensagens de WhatsApp

Mensagens enviadas fora do horário de trabalho podem comprovar violações.

Exemplo: Ordens de trabalho recebidas durante os períodos de descanso.

## 3. Notas Fiscais e Recibos

Guarde comprovantes de despesas (combustível, alimentação, pedágios). Eles ajudam a provar a falta de pagamento de diárias.

## 4. Google Drive

Guarde fotos, vídeos e arquivos na “nuvem”, pois assim suas provas ficam armazenadas para sempre, evitando possíveis perdas decorrentes de assaltos ou perdas do celular

# O QUE FAZER QUANDO SEUS DIREITOS SÃO VIOLADOS



## **Reúna Provas:**

Junte mensagens, recibos e registros que comprovem as irregularidades.



**Procure um Advogado:** Especialistas no direito dos caminhoneiros podem avaliar seu caso e orientar o melhor caminho, e ajudar você a conseguir a melhor reparação



## **Entenda o Processo:**

Você tem direito a buscar ressarcimentos retroativos pelos últimos 5 anos, mas só tem até 2 anos para entrar com ação.

# RECUPERE O QUE É SEU POR DIREITO E GARANTA O FUTURO DA SUA FAMÍLIA!

Agora você conhece alguns dos seus direitos e sabe como identificá-los e comprová-los.

Não deixe que irregularidades prejudiquem você e sua família. Para saber mais nos siga nas nossas redes sociais.

**Compartilhe este e-book com outros caminhoneiros!**



**Dr. Marcelo Rua**  
OAB/SP 200.676

**Toque nos ícones abaixo e  
acesse nossas redes**



# RUA

ADVOGADOS ASSOCIADOS

## NOTIFICAÇÃO EXTRAJUDICIAL

**ASSUNTO: NOTIFICAÇÃO DE MORA DO CREDOR E PRAZO LIMITE PARA DESCARGA**

**AO: [Nome da Empresa Destinatária / Setor de Logística] CNPJ: [00.000.000/0000-00]**

Prezados,

Na qualidade de transportador responsável pela carga constante na(s) **Nota(s) Fiscal(is) nº [Inserir número da NF]**, informo que o veículo de placa **[Inserir Placa]** encontra-se em suas dependências para descarga desde as **[Horário de Chegada]** do dia **[Data]**.

**1. DO EXCESSO DE PRAZO (LEI 11.442/07):** Informo que, conforme o **Art. 11, § 5º da Lei nº 11.442/2007**, o prazo máximo estipulado para descarga é de **5 (cinco) horas** contadas da chegada no destino. Referido prazo se encerrou às **[Horário do término das 5h]**.

**2. DA MORA E DAS PROVIDÊNCIAS (ART. 753, CC):** Diante da impossibilidade de descarga por razões internas desta empresa, notifico que, caso a descarga não seja iniciada e concluída de forma imediata, farei uso da prerrogativa prevista no **Art. 753, § 1º do Código Civil**, procedendo com:

- **A) Retirada do veículo do local:** O veículo deixará o pátio de espera após o período total de **[Inserir tempo de tolerância extra, ex: 8 horas]** de espera.
- **B) Depósito da Mercadoria:** A carga será encaminhada para armazém/depósito particular, por conta e risco deste destinatário.
- **C) Repasse de Custos:** Todos os custos de frete retorno/deslocamento, diárias de armazenamento e a indenização pelas horas de estadia (conforme tabela ANTT) serão cobrados normalmente.
- **D) Entregue a mercadoria no depósito:** Dá-se por recebida e encerrada a prestação de serviço.

**3. RESPONSABILIDADE:** Ressalto que a recusa no recebimento gera a **Mora do Credor (Art. 400 do Código Civil)**, transferindo a Vossas Senhorias a responsabilidade por despesas de conservação e eventuais prejuízos decorrentes do atraso.

Fico no aguardo de imediata solução para evitar o deslocamento da carga para depósito externo.

Atenciosamente,

**[Nome do Motorista / Transportadora] [Telefone de Contato]**