

Carta-Manifesto pela Redução da Jornada das Psicólogas e Psicólogos da USP para 30 horas semanais, sem redução salarial

Nós, psicólogas e psicólogos da Universidade de São Paulo, organizados em coletivo, apresentamos este manifesto em defesa da redução da jornada de trabalho da categoria para **30 horas semanais, sem redução salarial**. Essa reivindicação se justifica por razões de ordem **sanitária, social, jurídica, de valorização, reconhecimento e equidade profissional das psicólogas(os) servidoras(es) técnico-administrativos da Universidade**, conforme detalhado a seguir:

1. Saúde das trabalhadoras e qualidade do atendimento

A Psicologia é uma profissão do cuidado, marcada por intensa exposição ao sofrimento humano, a contextos de vulnerabilidade e situações-limite. Para manter o exercício responsável, ético e qualificado da profissão, as trabalhadoras e os trabalhadores dessa área precisam ainda, para além do atendimento ao público, dedicar uma carga horária importante para supervisões, congressos, formação continuada, articulação de redes, dentre outras atividades fundamentais ao desempenho de nossas funções. Jornadas extensas e extenuantes favorecem o **adoecimento mental e físico**, aumentando índices de **burnout** entre profissionais da psicologia (MILLS; HUEBNER, 1998; EMERY; WADE; MCLEAN, 2009).

Estudos mostram que **40% das(os) psicólogas(os)** apresentam altos níveis de exaustão emocional (MILLS; HUEBNER, 1998) e que **longas jornadas elevam o conflito da divisão do tempo entre demandas do trabalho, família e emocionais, além de elevar o estresse crônico**, comprometendo a qualidade de vida e do trabalho realizado (RUPERT; MILLER; DOROCIAK, 2015).

No Relatório Global “Working Time and Work-Life Balance Around the World”, da **Organização Internacional do Trabalho (OIT)**, levantam-se indicativos de que a redução da jornada não reduz a produtividade, mas aumenta a eficiência e a qualidade dos serviços. A redução da jornada se configura, portanto, como uma medida preventiva contra o **absenteísmo, a rotatividade de profissionais e os afastamentos por questões de saúde**, promovendo cuidado e qualidade de vida às profissionais de saúde mental que se dedicam ao cuidado de outras pessoas e coletividades, condições essenciais para o pleno desenvolvimento das competências e potencialidades profissionais e, consequentemente, a qualificação do atendimento prestado à comunidade universitária e à população em geral por meio dos serviços da universidade.

2. Precedentes legais e reconhecimento institucional

Diversas profissões da saúde já regulamentaram jornadas com carga horária reduzida: **Serviço Social (Lei nº 12.317/2010), Fisioterapia e Terapia Ocupacional (Lei nº**

8.856/1994), Radiologia (Lei nº 7.394/1985) e Medicina (Lei nº 3.999/1962). No **Estado de São Paulo**, a Lei nº 840/1997 fixou jornada de 30 horas para psicólogas(os) da Secretaria da Saúde, estendida ao Sistema Penitenciário e à Assistência Social. Na esfera municipal, a adequação da jornada para 30 horas tem sido regulamentada desde a década de 90 em dezenove localidades do Estado de São Paulo:

- Município de Agudos - Lei nº 4.767 de 12 de maio de 2015;
- Município de Americana - Lei nº 5.635 de 28 de março de 2014;
- Município de Assis - Lei nº 3.497 de 24 de junho de 1999;
- Município de Avaré - Lei Complementar nº 126 de 2 de junho de 2010;
- Município de Bady Bassitt - Lei Municipal 1196/94.
- Município de Barueri - Lei Complementar nº 381/2016;
- Município de Bebedouro - Lei Complementar nº 145, de 11 de maio de 2022;
- Município de Birigui - Lei Complementar nº 115/2020;
- Município de Botucatu - Lei Complementar nº 10, de 09 de março de 2015;
- Município de Guaíra - Lei Complementar nº 3.159, de 03 de julho de 2023;
- Município de Guarulhos - Decreto do Poder Executivo nº 77 de março de 1996;
- Município de Jacaré - Lei nº 6146/2017;
- Município de Nova Odessa - Lei Complementar nº 45, de 05 de novembro de 2015;
- Município de Osasco - Lei Complementar nº 130/05;
- Município de Paulínia - Lei nº 3496, de 18 de fevereiro de 2016;
- Município de Rio Claro - Lei Complementar nº 090 de 22 de dezembro de 2014;
- Município de São Joaquim da Barra - Lei nº 1245 de 20 de dezembro de 2021;
- Município de Sorocaba - Lei nº 8348 de 27 de dezembro de 2007;
- Município de Votuporanga - Lei Complementar nº 214 de 02 de julho de 2012;

Universidades como **UNICAMP** e **UFGD** também já adotam a jornada reduzida para psicólogas(os):

- Universidade Estadual de Campinas - Deliberação CONSU-A-017/2014, de 05/08/2014
- Universidade Federal da Grande Dourados (UFGD) - Resolução nº 544, de 28 de setembro de 2023

Estes precedentes legais são resultado de um processo social mais amplo em nosso país, de valorização das profissionais da psicologia, e de discussões em andamento em diversos campos de atuação profissional. Dentre alguns dos importantes fóruns de debate, as Conferências Nacionais de Saúde, Saúde Mental e Saúde do Trabalhador deliberaram favoravelmente à redução da jornada para psicólogas(os). O **Projeto de Lei nº 142/2019 (SP)** e o **PL 1.214/2019** (Câmara dos Deputados) e o **PL 3.086/2024** (Senado) também reforçam a urgência de uniformizar a jornada da Psicologia em 30 horas semanais. À Universidade de São Paulo, conhecida pela vanguarda em diversos campos do conhecimento, convém se atualizar em relação à valorização dos profissionais da Psicologia, tendo como horizonte a valorização da saúde mental de toda a comunidade por nós atendida e o consequente fortalecimento da política de saúde mental universitária, dimensão indissociável da

permanência, da inclusão, dos direitos humanos e do desenvolvimento acadêmico como um todo.

3. Impacto institucional na USP

A Universidade de São Paulo conta com **60 psicólogas(os)** dentre seus 12.610 servidores técnico-administrativos — **0,47% do total**. Destas, **19 já cumprem jornada reduzida com redução salarial**, demonstrando a viabilidade administrativa da readequação das cargas horárias. A alteração diz respeito, portanto, à adequação da jornada de 41 profissionais (0,33% do quadro funcional da universidade) e reposição da redução salarial de 19 profissionais (0,15% do quadro funcional da universidade), com impacto orçamentário mínimo.

Ao mesmo tempo, como demonstrado nos demais tópicos, tal ação, minoritária do ponto de vista de investimento burocrático e orçamentário, promoverá um impacto positivo na saúde mental universitária que atingirá 100% da comunidade USP. Isso se dará ao contribuir para a realização, com excelência e maior produtividade, de todas as dimensões das atividades universitárias, que são intimamente atravessadas pelo tema da promoção da saúde mental e do bem-estar na universidade.

4. Isonomia e valorização profissional

Psicólogas(os) atuam em equipes multiprofissionais junto a assistentes sociais, terapeutas ocupacionais e fisioterapeutas — categorias com jornada regulamentada de 30h semanais. A manutenção da jornada de 40h para psicólogas(os) constitui **desigualdade entre servidoras e servidores técnico-administrativos que fere a isonomia no local de trabalho**, uma vez que, em muitos campos de trabalho, as(os) psicólogas(os) realizam tarefas de trabalho iguais ou equiparáveis às de seus colegas das demais categorias, porém recebendo, na prática, um salário 25% menor por hora trabalhada.

Ressalta-se também o trabalho das psicólogas, psicólogos e demais profissionais de saúde mental durante e no pós-pandemia de COVID-19, diante do grau de sofrimento e angústia intensos vivido pela população em todos os países e a explosão da demanda por atendimento e cuidado em saúde mental (OPAS, 2023), que deixa marcas até hoje.

Desta forma, compreendemos a redução da jornada sem redução salarial como uma medida de valorização da Psicologia e restituição de condições de maior igualdade e isonomia para esta importante profissão. Esta se constitui como estratégia fundamental para **fortalecer políticas públicas** e a manutenção da presença dessas e desses profissionais nos diversos serviços da universidade, evitando a migração de profissionais de excelência para outras instituições que já incorporaram a jornada de 30 horas, migração esta já observada no dia-a-dia de trabalho das unidades, e que coloca em risco o atendimento integral e de qualidade à comunidade.

Conclusão

A redução da jornada para **30 horas semanais, sem redução salarial**, é uma medida de **justiça, saúde e valorização profissional**. Ela **preserva a saúde física e mental das(os) psicólogas(os)**, garante **isonomia com outras categorias da área da saúde**, e fortalece a qualidade dos serviços oferecidos pela USP nos campos da promoção da saúde mental, da inclusão e do bem-estar social.

Reivindicamos, portanto, **que a Universidade de São Paulo adote a redução de jornada para 30 horas semanais sem redução salarial para as(os) psicólogas(os) de seu quadro funcional**, somando-se ao crescente número de universidades, outras instituições e municípios que já reconhecem a importância e urgência dessa medida.

Contamos com o seu apoio!

Coletivo de Psicólogues da USP

Referências Bibliográficas

ASSOCIAÇÃO DOS ASSISTENTES SOCIAIS E PSICÓLOGOS DO TRIBUNAL DE JUSTIÇA DO ESTADO DE SÃO PAULO. **Manifesto pela redução da jornada semanal da Psicologia para 30 horas**. Brasília, 4 out. 2010. Publicado em 21 out. 2010. Disponível em: <https://www.aasptjsp.org.br/antigo/noticia/manifesto-pela-redução-da-jornada-semanal-da-psicologia-para-30-horas>. Acesso em: 10 set. 2025.

BRASIL. **Lei nº 3.999, de 15 de dezembro de 1961**. Dispõe sobre a regulamentação da profissão de médico e cirurgião-dentista. Diário Oficial da União, Brasília, 1962.

BRASIL. **Lei nº 7.394, de 29 de outubro de 1985**. Dispõe sobre a regulamentação da profissão de técnico em radiologia. Diário Oficial da União, Brasília, 1985.

BRASIL. **Lei nº 8.856, de 1º de março de 1994**. Dispõe sobre a jornada de trabalho dos profissionais fisioterapeutas e terapeutas ocupacionais. Diário Oficial da União, Brasília, 1994.

BRASIL. **Lei nº 12.317, de 26 de agosto de 2010**. Acrescenta dispositivo à Lei nº 8.662, de 7 de junho de 1993, para dispor sobre a duração do trabalho do assistente social. Diário Oficial da União, Brasília, 2010.

BRASIL. **Ministério da Saúde. Portaria GM/MS nº 3.681, de 7 de maio de 2024**. Institui a Política Nacional de Cuidados Paliativos – PNCP no âmbito do Sistema Único de Saúde – SUS. *Diário Oficial da União*, Brasília, 22 maio 2024. Disponível em: (link de acesso). Acesso em: 28 ago. 2025.

CONSELHO NACIONAL DE SAÚDE. **Resolução nº 729, de 7 de dezembro de 2023**. Institui a Política Nacional de Cuidados Paliativos. Brasília: CNS, 2023.

CONSELHO FEDERAL DE PSICOLOGIA. **Psicologia 30 horas**. Disponível em: <https://site.cfp.org.br/psicologia30horas/>. Acesso em: 28 ago. 2025.

EMERY, S.; WADE, T. D.; MCLEAN, S. Associations among therapist beliefs, personal resources and burnout in clinical psychologists. *Behaviour Change*, v. 26, n. 2, p. 83–96, 2009.

MILLS, L. B.; HUEBNER, E. S. A prospective study of personality characteristics, occupational stressors, and burnout among school psychology practitioners. *Journal of School Psychology*, v. 36, p. 103–120, 1998.

RUPERT, P. A.; MILLER, A. O.; DOROCIAC, K. E. Preventing burnout: what does the research tell us? *Professional Psychology: Research and Practice*, v. 46, p. 168–174, 2015.

ORGANIZAÇÃO INTERNACIONAL DO TRABALHO – OIT. Relatório: *Tempo de Trabalho e Equilíbrio entre Vida Profissional e Pessoal em Todo o Mundo*. Disponível em: <https://www.ilo.org/publications/working-time-and-work-life-balance-around-world>. Acesso em: 28 ago. 2025.

ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DA SAÚDE. **Saúde mental deve estar no topo da agenda política pós-COVID-19, diz relatório da OPAS**. Disponível em: <https://www.paho.org/pt/noticias/9-6-2023-saude-mental-deve-estar-no-topo-da-agenda-politica-pos-covid-19-diz-relatorio-da>. Acesso em: 20/10/2025

SÃO PAULO (Estado). **Lei nº 840, de 19 de novembro de 1997**. Dispõe sobre a jornada de trabalho dos servidores da Secretaria de Saúde. Diário Oficial do Estado de São Paulo, São Paulo, 1997.

SÃO PAULO (Estado). **Projeto de Lei nº 142, de 2019**. Dispõe sobre a jornada de trabalho de psicólogos no âmbito estadual. Assembleia Legislativa do Estado de São Paulo, 2019.

SINDICATO DOS PSICÓLOGOS DO ESTADO DE SÃO PAULO. **Dez razões para a jornada de 30 horas**. Disponível em: <https://sinpsi.org/dez-razoes-para-a-jornada-de-30-horas/>. Acesso em: 28 ago. 2025.