www.revistaft.com.br

Revista FT | ISSN 1678-0817 | v. 30, n. 164, 2026 | DOI: 10.69849/600g5651

Trabalhadores de aplicativos e como os problemas vigentes influenciam na sua qualidade de vida

App-based workers and how current challenges affect their quality of life

Carlos Andre Ferreira da Cruz[1]; Rafaela Bruna de Sena Ornague[2]; Maria Eduarda Siqueira Valério[3]; Vitória Leite Marques Rodrigues[4]; Camila Munafó Tostes[5]; Maria Laura Alchorne Trivelin[6]

Resumo

Como característica histórica do mercado de trabalho brasileiro, é inegável a importância econômica e social do trabalho informal. A aparente instabilidade da regulamentação trabalhista dos aplicativos leva a um cotidiano estressante e sobrecarregado, afetando a ocorrência de acidentes e doenças graves. Portanto, objetivou-se analisar a qualidade de vida dos trabalhadores em relação aos novos modelos de plataformas digitais diante das novas mudanças do mercado. Trata-se de um estudo de revisão bibliográfica realizado por meio da pesquisa bibliográfica guiada pelas plataformas Science Electronic Library Online, PubMed e Virtual Health Library. Os trabalhadores uberizados são privados de garantias, direitos e

[1] ORCID: https://orcid.org/0000-0002-1546-0312. Discente do Curso de Medicina/Universidade Nove de Julho, São Paulo, São Paulo, Brasil. E-mail: carlosandreferreiradacruz@gmail.com
[2] ORCID: https://orcid.org/0000-0001-5928-8449. Discente do Curso de Medicina/Universidade Nove de Julho, São Paulo, São Paulo, Brasil
[3] ORCID: https://orcid.org/0000-0001-8075-6956. Discente do Curso de Medicina/Universidade Nove de Julho, São Paulo, São Paulo, Brasil
[4]ORCID: https://orcid.org/0000-0002-4964-657X. Discente do Curso de Medicina/Universidade Nove de Julho, São Paulo, São Paulo, Brasil.
[5]ORCID: https://orcid.org/0000-0001-5441-9673. Docente do Curso de Medicina/Universidade Nove de Julho, São Paulo, São Paulo, Brasil.
[6] ORCID: https://orcid.org/0000-0003-2438-2325. Docente do Curso de Medicina/Universidade Nove de Julho, São Paulo, São Paulo, Brasil.

proteções sociais relacionados à atividade laboral, relacionados a extensos problemas psíquicos. Com isso, conclui-se que com tendência crescente, afetando cada vez mais pessoas, é necessário que pesquisas tomem mais atenção quanto à saúde do trabalhador informal para a prevenção de acidentes de trabalho.

Palavras-chave: “trabalho informal”; “uberização”; “saúde do trabalhador”; “trabalhadores de aplicativo” e “plataformas digitais”.

Abstract

As a historical characteristic of the Brazilian labor market, the economic and social importance of informal work is undeniable. The apparent instability of labor regulation of apps leads to a stressful and overloaded daily life, affecting the occurrence of accidents and serious diseases. Therefore, we aimed to analyze the quality of life of workers in relation to new models of digital platforms in the face of new market changes. This is a literature review study carried out by means of a literature search guided by the platforms Science Electronic Library Online, PubMed, and Virtual Health Library. The uber-workers are deprived of guarantees, rights, and social protections related to the work activity, related to extensive psychic problems. With this, it is concluded that with a growing trend, affecting more and more people, it is necessary for research to pay more attention to the health of informal workers in order to prevent work accidents.

Keywords: “informal work”; “uberization”; “worker health”; “application workers” and “digital platforms”.

Introdução

Com a Terceira Revolução Industrial e o surgimento do meio técnico-científico-informacional, em meados do século XX, mudanças significativas

ocorreram no espaço mercadológico, repaginando as possibilidades de ingressar no mercado de trabalho, sobretudo, tecnológico. Dentro desse contexto, emergem os trabalhadores de aplicativo que, mediados por grandes empresas do mercado digital, passam a compor a esfera trabalhista informal, que apesar de possuir algumas características do emprego formal, como remuneração e gestão do trabalhador em questão, traz vínculos trabalhistas cerceados e consequentemente uma grande vulnerabilidade no que tange à regulamentação e às garantias laborais dentro do serviço ofertado [(1)].

Nessa conjuntura, na busca pelo sustento, muitos indivíduos acabam adentrando na informalidade ofertada pelas empresas de aplicativos, atraídos por uma falsa ideia de que ter uma certa autonomia e controlar seu próprio horário, por exemplo, compensam a baixa remuneração e a falta de garantias empregatícias básicas, como carteira assinada, jornada de trabalho definida, repouso remunerado. Além disso, a gritante precarização do regulamento empregatício em aplicativos, contribui para um cotidiano amplamente estressante e sobrecarregado, influenciando na ocorrência de acidentes e doenças graves, que podem desencadear transtornos mentais, como depressão e ansiedade [(2)(3)].

A uberização do trabalho tem se tornado uma possibilidade importante no cotidiano dos indivíduos, uma vez que oferece uma maior flexibilização ao trabalhador. O auge do processo se deu, especialmente, durante a pandemia pelo coronavírus, o que levou a necessidade de distanciamento social e, portanto, a maior utilização dos serviços dos trabalhadores por aplicativo [(4)(5)(6)].

Por conseguinte, conforme a problemática exposta, fica evidente a pulsátil necessidade de atenção acerca da saúde e da qualidade de vida dos trabalhadores por aplicativo. Assim, o objetivo do presente trabalho teve, como enfoque, analisar a qualidade de vida dos trabalhadores vinculados ao novo modal das plataformas digitais perante as novas mudanças mercadológicas.

Metodologia

Trata-se de um estudo de revisão de literatura realizado através de busca bibliográfica guiada pelas palavras-chave: “trabalho informal”; “uberização”; “saúde do trabalhador”; “trabalhadores de aplicativo” e “plataformas digitais”. Foram utilizadas três bases de dados:

SciELO (Scientific Electronic Library Online), PubMed e BVS (Biblioteca Virtual em Saúde). Os critérios de inclusão definidos para a seleção dos artigos foram: artigos publicados em português, inglês e espanhol; artigos na íntegra que retratem a temática referente à revisão narrativa e artigos publicados e indexados nos referidos bancos de dados nos últimos dez anos.

Discussão

O trabalho informal pode ser definido como uma relação laboral que não está em conformidade com o pagamento de impostos e não é coberta pela segurança social, carecendo de benefícios trabalhistas. Inclui-se no trabalho informal os assalariados sem contrato formal, os trabalhadores por conta própria que não contribuem para a segurança social, os trabalhadores não remunerados e os envolvidos em construção para o próprio uso e produção para autoconsumo. A informalidade é marcada pela precariedade das condições de trabalho e de vida, assim como pela negação dos princípios mais elementares de cidadania, acentuando as desigualdades sociais. Para a grande maioria dos trabalhadores desempregados, a informalidade significou uma oportunidade de permanecer no mundo do trabalho [(7)]. Nesse contexto, a definição de uberização do trabalho se refere a uma nova forma de gestão, organização, gerenciamento e controle, compreendida como uma tendência que atravessa o mundo do trabalho globalmente [(8)(9)]. Sendo um novo tipo de gestão e controle da força de trabalho com a consolidação do trabalho sob demanda, e a plataformização é a dependência de plataformas digitais para executar atividades de trabalho [(10)].

Segundo Abílio, a uberização pode ser caracterizada por quatro elementos centrais: 1. a concepção do trabalhador *just-in-time*, sem garantias (legais, contratuais); 2. a apresentação das empresas como mediadoras e não como contratantes; 3. a passagem de um contingente pré-definido de trabalhadores para a figura de uma multidão de trabalhadores disponíveis; e 4. o deslizamento da identidade profissional do trabalho para a de trabalho amador [(11)]. O processo de uberização do trabalho e suas implicações para a classe trabalhadora revela uma tendência que perpassa o mundo do trabalho do século XXI e que, de forma global, atinge diversas ocupações, como é o caso dos entregadores de aplicativos. Essa nova reconfiguração da gestão organizacional, indica um passo na intensificação da flexibilização das relações de trabalho, embora persistam em suas formas mais tradicionais e intensificação do trabalho, como é o caso da terceirização e do trabalho intermitente [(12)].

A profissão de motoboy não se constitui como atividade passageira: a permanência nessa atividade requer conhecimento sobre a cidade, estratégias pessoais que organizem o trabalho visando melhor remuneração, enfrentamento cotidiano das discriminações associadas à figura do motoqueiro de baixa qualificação e rendimento, estabelecimento de relações de confiança com clientes, o que possibilita ao motoboy eliminar a mediação das empresas e ter remuneração integral sobre o serviço prestado. Os trabalhadores têm uma identidade profissional que se forma no espaço da rua, nas relações entre si que se fazem entre uma entrega e outra pela cidade [(8)].

Porém, as novas formas de organização produzidas pelas empresas-aplicativo vêm reconfigurando essa profissão, o perfil dos profissionais, sua remuneração, suas condições de trabalho. O que estamos acompanhando no campo de forma ainda incipiente é a transformação de um trabalho profissional em trabalho amador, e, com ela, uma ampliação da proporção de jovens que se tornam motoboys. A entrada dos aplicativos IFood, Rappi, UberEats está mudando a oferta de trabalho e o perfil de trabalhadores. Por um lado,

estabelecimentos que não trabalhavam com delivery, como mercados, restaurantes de pequeno porte, sorveteria, entre outros, passam a fazê-lo. Por outro, potencializado pelo contexto da crise econômica, há um crescimento da oferta: trabalhadores desempregados ou em ocupações precárias tornam-se motoboys [8].

O acesso ao trabalho que agora se faz não pela seleção de uma contratação, mas pela fácil adesão ao aplicativo propicia uma relação amadora com o trabalho, vivenciado como mais uma tentativa precária e instável de garantir a própria sobrevivência. Portanto, trabalhadores que não conhecem a cidade e são dependentes do GPS, que não têm a moto em condições apropriadas, que não têm o saber-fazer de dirigir sem colocar sua própria vida em risco, aderem aos aplicativos, tornando-se motoboys de forma amadora e passageira, em um novo tipo de relação com esse trabalho [8]. Muitos trabalhadores com formação universitária estão realizando atividades informais e consideradas precárias, como forma de sobrevivência, ou seja, como tentativa de sobrepujar o desemprego [13].

A partir daí temos assistido, no mundo todo, ao surgimento de uma nova categoria dentro do mundo do trabalho: o precariado. Segundo Alves (2013), o precariado é uma parcela dos trabalhadores que enfrenta inúmeras precarizações oriundas das mais recentes crises dos sistemas de acumulação do capital. Eles realizam atividades de trabalho sem vínculo empregatício e com contratos de trabalho flexíveis, representando a materialização do tempo justo de trabalho (just in time do toyotismo) e que têm um grave comprometimento quanto às perspectivas de futuro profissional, em um mundo do trabalho cuja tônica tem sido a informalidade e o desemprego [13].

A uberização é sinônimo de precarização devido à falta de direitos trabalhistas e de proteção social, bem como da exploração do trabalho e, no caso dos aplicativos, de remuneração do trabalho sob demanda ou por corrida com passageiro [14].

Para Santos e Muñoz (2017) os jovens são os principais afetados pelas atuais configurações políticas e econômicas que interferem na dinâmica do mundo do trabalho. Tais transformações têm colocado as pessoas frente a uma grande dificuldade para encontrar suas primeiras possibilidades de inserção no mercado de trabalho, submetendo-os a uma enorme falta de expectativa. Houve, assim, um grande aumento do número de pessoas que buscaram nos aplicativos uma saída para sua situação [13]. Além da expansão do acesso à Internet e aos dispositivos móveis inteligentes e a disseminação da cultura digital serem fatores apontados como contribuintes para a popularização do uso de aplicativos de delivery de comida no Brasil [15].

Durante a pandemia da Covid-19, evidenciou-se o aumento da precarização e o do risco de contaminação e do abandono dos 'motoristas parceiros' pelas empresas de aplicativos [14]. E segundo Souza (2020), essa correlação visível entre a pandemia e a precarização do trabalho no país leva a impactos negativos na vida e na saúde mental do trabalhador [13].

A comparação entre motoboys e *bike boys* evidência como a uberização é um processo de informalização do trabalho que o organiza de uma nova forma e ao mesmo tempo se apropria produtivamente de diferentes aspectos socioeconômicos, que são informalmente incorporados na própria gestão. A atual condição dos motoboys deixa clara a monopolização promovida pelas empresas-aplicativo, o que possibilita que estas reorganizem o trabalho, alterem o perfil e a identidade profissional dos trabalhadores e rebaixam o valor de sua força de trabalho. Motoboys veem hoje sua profissão ser profundamente transformada, subordinada a novas formas de controle, novas formas de remuneração e de distribuição do trabalho [8].

Oferecendo o mesmo serviço que os motoboys, mas por meio da utilização de um instrumento de trabalho de menor custo e que demanda o uso permanente da força física, os *bike boys* surgem no espaço urbano, em um trabalho tipicamente juvenil, periférico e negro.

Nessa condição de quem adere e não mais é contratado, o trabalhador uberizado encontra-se inteiramente desprovido de garantias, direitos ou segurança associados ao trabalho; arca com riscos e custos de sua atividade; está disponível ao trabalho e é recrutado e remunerado sob novas lógicas [8].

Evidencia-se que, no contexto do trabalho informal, o trabalhador é acometido prevalentemente por complicações que afetam o sistema osteomuscular e a saúde mental. Decorrentes de um trabalho predominantemente braçal, mal remunerado, insuficiente para arcar com as necessidades do trabalhador e da sua família, gerando sentimento de inutilidade, e por vezes depressão. Foram identificados transtornos de ordem psíquica entre os trabalhadores informais. Refletindo a respeito deste achado, podemos dizer que a ausência de direitos trabalhistas, corrobora com a depreciação da saúde mental do trabalhador informal [7].

O fato de não possuir renda fixa, faz com que aquele que desempenha as suas funções deliberadamente, trabalhe mais tempo, pois quanto maior o número de horas investidas no trabalho, maior a possibilidade de melhorar a renda mensal [7]. Grande parte do tempo dos entregadores é dedicado ao trabalho, o que reflete na redução do tempo livre e na restrição ainda maior do acesso ao lazer [16].

Neste contexto, a incapacidade de sustentar a família de forma plena, mesmo após a realização de tarefas perigosas e desgastantes, faz o trabalhador desenvolver um sentimento de inutilidade e depressão, o que contribui para o desencadeamento de transtornos mentais, que resultam em más condições de vida. Esses trabalhadores estão submetidos a condições de trabalho insalubres, baixas remunerações, extensas jornadas de trabalho, desencadeando morbilidades de natureza física e mental. Há uma forte relação entre a saúde e a atividade laboral desempenhada pelo indivíduo. Frequentemente o trabalho torna-se a ocupação que

ocupa o maior tempo da vida diária do trabalhador informal, podendo alcançar 16 horas numa única jornada [7].

O trabalhador informal não possui qualquer amparo legal relacionado com as atividades laborais, e por conseguinte, não estão incluídos em programas que visam a promoção e a preservação da saúde por meio da detecção precoce de problemas de saúde relacionados com o trabalho ou de doenças profissionais. Tais sujeitos encontram-se desamparados, à mercê da própria sorte. Almejam não adoecer para que possam continuar a sustentar as suas famílias, mesmo que de forma insuficiente para atender todas as suas necessidades [7].

A uberização, ou o trabalho precarizado mediado por plataformas de aplicativo, representa assim um novo e particular modo de acumulação capitalista no qual o trabalhador, sob precárias condições de trabalho, ainda assume a responsabilidade pelos principais custos e riscos da atividade produtiva. É dessa forma que um entregador de aplicativo de alimentação se torna responsável pelos custos dos seus instrumentos de trabalho, como a própria moto, os equipamentos de proteção individual, a gasolina etc., mas também dos riscos de acidentes [5]. As precariedades do trabalho informal são exemplificadas pela ausência de carteira de trabalho com assinatura. Esta falta de registro acomete o trabalhador a desvantajosas situações, como instabilidade salarial, inexistência de vínculo empregatício - o qual culmina na omissão de direitos trabalhistas, tais como: férias, licença maternidade, seguro-desemprego, aposentadoria, dentre outros [6].

A internet é, inegavelmente, uma grande aliada na mudança das relações de trabalho. Os ambientes virtuais parecem ter assumido um protagonismo na manutenção do consumo, do trabalho, do lazer, da cultura, do contato entre pessoas, dentre outros [13]. A sua praticidade substitui contratos de trabalhistas e aumenta demandas de trabalho digital que são realizadas

por pessoas, informação que acaba sendo despercebida diante de um mundo globalizado. A desumanização da massa de trabalhadores é nítida no universo da internet, pois empresas digitais como Uber, 99, iFood, dentre outras, não persistiriam sem que pessoas façam manutenção das suas plataformas, nem mesmo sem que pessoas aceitem pedidos de clientes e realizem o transporte. Desses seres não se sabe o nome, mas sabe-se que há algo em comum entre eles, a precarização e a fácil substituição por uma mão de obra mais saudável [6]. Diante deste contexto (crise econômica, perda de empregos e ocupações, o grande aumento de pessoas em desalento, proibição de aglomerações, dentre outros), ficou evidente o aumento das dificuldades para se encontrar uma nova colocação no mercado de trabalho, seja ela formal, ou mesmo informal, concomitantemente sobre os motivos do aumento no cadastro dos aplicativos, por parte de pessoas que procuraram uma alternativa em meio à pandemia [13]. Aponta, ainda, para a necessidade de políticas públicas voltadas para a prevenção de acidentes de trabalho no setor informal comércio, especialmente junto aos trabalhadores do sexo masculino [3].

Conclusão

A uberização do trabalho remete a uma nova forma de gestão, organização e controle, entendida como uma tendência em todo o mundo empregatício. Atualmente, vê-se que os trabalhadores uberizados são privados de garantias, direitos e proteções sociais relacionados à atividade laboral. Portanto, é urgente investir em pesquisas sobre o trabalhador informal por meio de políticas públicas voltadas à prevenção de acidentes de trabalho, pois todos esses problemas tendem a se espalhar, sob a influência da modernidade e do empreendedorismo.

Referências

1. Vaclavik MC, Oltramari AP, Oliveira SRD. Empresariando a informalidade: um debate teórico à luz da gig economy. Cad EBAPEBR. março de 2022;20(2):247–58.

2. Rodrigues NLPR, Moreira AS, Lucca SR de. O presente e o futuro do trabalho precarizado dos trabalhadores por aplicativo. Cad Saúde Pública. 2021;37(11):e00246620.

3. Rios MA, Nery AA, Rios PAA, Casotti CA, Cardoso JP. Fatores associados a acidentes de trabalho envolvendo trabalhadores informais do comércio. Cad Saúde Pública. junho de 2015;31(6):1199–212.

4. Uchôa-de-Oliveira FM. Saúde do trabalhador e o aprofundamento da uberização do trabalho em tempos de pandemia. Rev Bras Saúde Ocupacional. 2020;45:e22.

5. Rocha R, Pistolato L, Diniz EPH. Precarização do Trabalho Travestida de Modernidade: uma Análise da Tarefa de Entregadores de Mercadorias. Rev Psicol Organ E Trab [Internet]. 2021 [citado 16 de novembro de 2022];21(4). Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rpot/v21n4/v21n4a03.pdf

6. Souza LF de. Trabalhadores informais de aplicativos e o impacto da doença pelo novo coronavírus: uma reflexão teórica / Informal app workers and the impact of disease by the new coronavirus: a theoretical reflection. J Nurs Health [Internet]. 1o de junho de 2020 [citado 16 de novembro de 2022];10(4). Disponível em: https://periodicos.ufpel.edu.br/ojs2/index.php/enfermagem/article/view/18740

7. Bernardino D, Andrade M. Informal Work and the Implications for the Workers' Health: An Integrative Review. Rev Enferm Referência. 30 de dezembro de 2015;IV Série(7):149–58.

8. Costhek Abilio L. Uberización: De la iniciativa empresarial a la autogestión subordinada. Psicoperspectivas Individuo Soc [Internet]. 15 de novembro de 2019 [citado 16 de novembro de 2022];18(3). Disponível em: https://www.psicoperspectivas.cl/index.php/psicoperspectivas/article/view/1674

9. Souza D de O, Abagaro CP. A uberização do trabalho em saúde: expansão no contexto da pandemia de Covid-19. Trab Educ E Saúde. janeiro de 2021;19:e00328160.

10. Abílio LC, Amorim H, Grohmann R. Uberização e plataformização do trabalho no Brasil: conceitos, processos e formas. Sociologias. agosto de 2021;23(57):26–56.

11. Masson LP, Alvarez D, Oliveira S, Teixeira M, Leal S, Salomão GS, et al. "Parceiros" assimétricos: trabalho e saúde de motoristas por aplicativos no Rio de Janeiro, Brasil. Ciênc Saúde Coletiva. dezembro de 2021;26(12):5915–24.

12. Luna NTC de, Oliveira ASM de. Os entregadores de aplicativos e a fragmentação da classe trabalhadora na contemporaneidade. Rev Katálysis. janeiro de 2022;25(1):73–82.

13. Castro M. A pandemia e os entregadores por aplicativo: algumas considerações sobre a precarização do trabalho. Espaço Acadêmico. Fevereiro de de 2021;20.

14. Greggo JP, Lucca SR de, Azevedo V, Bandini M. Percepção de motoristas de Uber sobre condições de trabalho e saúde no contexto da Covid-19. Saúde Em Debate. março de 2022;46(132):93–106.

15. Botelho LV, Cardoso L de O, Canella DS. COVID-19 e ambiente alimentar digital no Brasil: reflexões sobre a influência da pandemia no uso de aplicativos de delivery de comida. Cad Saúde Pública. 2020;36(11):e00148020.

16. Silvestre BM, Santos Neto SR dos, Amaral SCF. "Sem tempo, irmão": o trabalho e o tempo livre de entregadores uberizados durante a pandemia de covid-19. Rev Bras Ciênc Esporte. 2021;43:e000421.