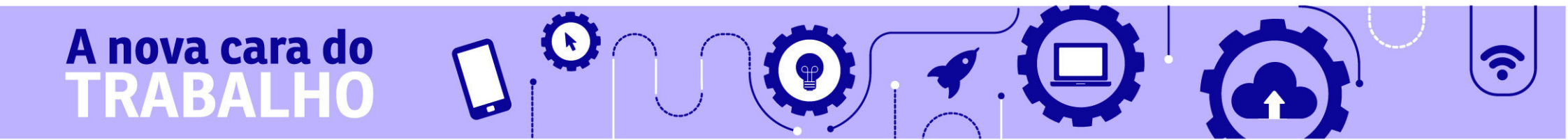




Bolsas Na sexta-feira	Pontuação B3 Ibovespa nos últimos dias	Dólar Na sexta-feira	Salário mínimo Últimos	Euro Comercial, venda na sexta-feira	CDI Ao ano	CDB Prefixado 30 dias (ao ano)	Inflação IPCA do IBGE (em %)
0,41% São Paulo	139.489 8/7 9/7 10/7 11/7	R\$ 5,547 (+ 0,04%)	7/julho 5,477 8/julho 5,445 9/julho 5,502 10/junho 5,545	R\$ 1.518	R\$ 6,483	14,90%	Fevereiro/2025 1,31 Março/2025 0,56 Abril/2025 0,43 Maio/2025 0,26 junho/2025 0,24



Liberdade ou ilusão?

O trabalho na geração Z

Aos 23 anos, Anabela de Lima Salomão decidiu romper com a lógica tradicional do mercado. Formada em publicidade, ela cansou da frustração de conciliar baixos salários, jornadas longas e poucas perspectivas de crescimento

» FERNANDA STRICKLAND
» CAETANO YAMAMOTO*

A geração Z está reconfigurando a forma de trabalhar no Brasil. Em vez de buscar empregos com carteira assinada, cada vez mais jovens optam por atuar como criadores de conteúdo, microempreendedores ou profissionais autônomos. A segunda reportagem da série “A nova cara do Trabalho” mostra que a preferência dessa geração é clara: querem mais autonomia, flexibilidade de horários e a chance de construir uma carreira própria — mesmo que isso signifique abrir mão da segurança tradicional do emprego formal.

Esse desejo de autonomia tem impulsionado trajetórias profissionais mais flexíveis, mesmo diante da instabilidade. Trabalhos por projeto, prestação de serviços como MEI e empreendedorismo digital se tornaram alternativas viáveis — especialmente em um cenário em que mais de 4,4 milhões de jovens brasileiros de 18 a 29 anos estão desempregados, segundo dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) — Distrito Federal — referentes ao primeiro trimestre de 2025.

A desilusão com o trabalho formal também se reflete no número crescente de jovens registrados como microempreendedores individuais. De acordo com dados do Ministério do Empreendedorismo, o Brasil ultrapassou 15 milhões de MEIs em 2025, com forte presença de jovens entre 20 e 30 anos. Em paralelo, o número de trabalhadores com carteira assinada na faixa de 18 a 24 anos caiu quase 6% nos últimos dois anos.

A ideia de “trabalhar sem chefe” se tornou um símbolo de liberdade para muitos. Sem horários fixos ou hierarquias rígidas, esses jovens buscam um estilo de vida mais alinhado aos próprios valores e interesses. O discurso da liberdade, no entanto, esconde riscos reais.

Aos 23 anos, Anabela de Lima Salomão decidiu romper com a lógica tradicional do trabalho. Formada em publicidade, ela cansou da frustração de conciliar baixos salários, jornadas longas e poucas perspectivas de crescimento. Hoje, comanda sua própria agência de marketing e produtora audiovisual. “Era desestimulante. Para ter a renda que eu gostaria, eu teria que ter pelo menos dois empregos. Eu percebi que era muito melhor tentar alguma coisa autônoma”, relata. Ela não está sozinha. A geração Z — formada por jovens nascidos entre meados dos anos 1990 e o início dos anos 2010 — está reconfigurando o mercado de trabalho.

Para o especialista em educação empresarial Leonardo Loureiro, essa mudança de rota é coerente com o perfil dessa geração. “Eles valorizam liberdade, propósito e qualidade de vida. A CLT — vínculo empregatício reconhecido por lei, com registro em carteira e acesso a todos os direitos trabalhistas — deixou de ser sinônimo de segurança”, afirma. A psicóloga e especialista em RH Mônica Ramos concorda: “A geração Z não tem apego a uma carreira de longo prazo. Mudam facilmente se o lugar não estiver alinhado aos seus valores, como diversidade, saúde mental e sustentabilidade”.

Arquivo Pessoal



Anabela de Lima Salomão empreende em diversos ramos da comunicação em busca de liberdade e realização

Na prática, isso significa migrar para formatos mais flexíveis, como contratos por projeto, prestação de serviços ou o empreendedorismo digital. “Buscam autonomia. Muitos trabalhos autônomos oferecem mais liberdade e até ganhos financeiros maiores”, diz Mônica.

João Eduardo Favilla, também de 23 anos, é músico e produtor audiovisual na @limamediaprod. Criou, com a namorada, uma produtora independente. Para ele, sair da CLT foi essencial para “viver do sonho”. “A liberdade criativa que eu tenho nos projetos, a forma como trato as pessoas com quem trabalho, tudo isso faz parte do que a gente quer construir. Não quero reproduzir o que vi em empregos anteriores”, pontua.

Riscos

Trabalhar por conta própria, geralmente, significa viver sem direitos trabalhistas, como férias remuneradas, 13º salário e acesso fácil à previdência. A renda, em muitos casos, é instável e depende diretamente da produtividade individual, da demanda do mercado e da exposição constante nas redes. A monetização, especialmente no universo dos influenciadores digitais, nem sempre é garantida — a maioria dos criadores de conteúdo, por exemplo, fatura abaixo de R\$ 2.500 por mês, e muitos não conseguem gerar receita.

Além disso, a sobrecarga é comum. A linha entre vida pessoal e trabalho se torna tênue, levando a quadros de esgotamento físico e emocional. O chamado “precariado digital” — trabalhadores altamente conectados, sem garantias formais e sob pressão constante — se tornou uma realidade silenciosa

Novas escolhas

Por que a geração Z rejeita a carteira assinada?

- 1. Busca por autonomia e liberdade**
A geração Z valoriza liberdade para escolher como, onde e com quem trabalhar. Modelos autônomos, como PJ, freelancer e empreendimentos digitais, oferecem essa flexibilidade que o regime CLT ainda não proporciona.
- 2. Propósito e alinhamento com valores pessoais**
Jovens dessa geração querem trabalhar em ambientes alinhados a causas como diversidade, inclusão e sustentabilidade. Quando a empresa o cargo não refletem esses valores, eles não hesitam em mudar.
- 3. Rejeição à hierarquia tradicional**
Preferem ambientes democráticos, horizontais, com líderes que escutam e incentivam o crescimento. Estruturas rígidas, comuns em empregos com carteira assinada, são vistas como ultrapassadas.
- 4. Busca por crescimento rápido e reconhecimento**
A geração Z espera desenvolvimento acelerado e valorização constante. O modelo CLT, muitas vezes burocrático e lento para promoções, entra em choque com essa expectativa.
- 5. Influência da tecnologia e novas formas de trabalho**
Cresceram em um mundo digital, onde é possível trabalhar remotamente, ganhar bem e ter mais controle sobre a própria rotina. A tecnologia abriu portas para formas de trabalho mais compatíveis com seu estilo de vida.

Fonte: Leonardo Loureiro - Especialista em educação empresarial e gestão emocional; e MÔNICA RAMOS - Psicóloga e especialista em RH

para boa parte dessa geração. Mas a suposta liberdade tem seu preço. “A incerteza é o principal ponto negativo”, reconhece João. “Você não tem garantia de nada: nem de dinheiro, nem de continuidade”.

Anabela confirma: “Se

acontecer uma emergência, não tem ninguém para te ajudar. Tudo depende da sua organização financeira e emocional”. Segundo ela, embora hoje se sinta mais realizada, o caminho é exigente. “É um processo demorado, que demanda

Arquivo Pessoal



Mais de 4,4 milhões de jovens de 18 a 29 anos estão desempregados



Eu era pressionada a fazer hora extra, mesmo sem receber por isso. Se eu não ficasse, o desconforto era meu, não do chefe”

Ana Bela Salomão, autônoma

muita energia, paciência e investimento”.

Apesar disso, a busca por alternativas ao modelo CLT segue em alta. Para a Geração Z, a liberdade de criar, experimentar e conduzir a própria carreira ainda fala mais alto que a estabilidade de um contracheque no final do mês. O desafio agora é transformar essa nova forma de trabalhar em algo sustentável, que ofereça não apenas flexibilidade, mas também proteção e dignidade.

Saúde mental

A saúde mental, um valor proclamado pela Geração Z, também entra em xeque neste contexto. Se por um lado o trabalho autônomo oferece controle sobre horários e projetos, por outro exige disciplina constante e enfrentamento da solidão. “Você tem que entender seus limites. Mas, às vezes, bate aquela dúvida: será que estou no caminho certo?”, desabafa Anabela.

No regime CLT, a sobrecarga também é uma constante, alertam os jovens. “Eu era pressionada a fazer hora extra, mesmo sem receber por isso. Se eu não ficasse, o desconforto era meu, não do chefe”, lembra Anabela. João reforça: “Você está refém do seu salário. Não pode simplesmente largar tudo, mesmo que esteja esgotado”.

Nas redes sociais, trabalhar por conta própria costuma ser romantizado. Mas a realidade é menos colorida. “Na internet, parece que é tudo fácil, que é só postar e ganhar dinheiro. Mas você precisa ter disciplina, planejamento e saber lidar com a comparação constante com quem já está na frente”, comenta Anabela. João resume: “Você vive do seu sonho, mas também

depende dele. Não pode parar”.

Apesar dos desafios, a geração Z mostra estar disposta a pagar o preço por um modelo de trabalho mais fluido, mesmo que arriscado. “Não se trata de preguiça ou fuga de responsabilidade”, explica Leonardo Loureiro. “É um movimento global de transformação das relações de trabalho. A legislação está atrasada e as empresas que não se adaptarem vão perder talentos”.

Mônica Ramos vê o fenômeno como um inevitável embate geracional. “Existe uma equação que ainda não fecha. As gerações anteriores valorizam estabilidade, enquanto a Geração Z prioriza propósito. Vai ser um processo de aprendizado para todos”.

Mercado em transição

Enquanto os jovens buscam se encaixar em modelos mais alinhados aos seus valores, o mercado observa e tenta acompanhar. Flexibilização da CLT, contratos híbridos e benefícios personalizados são apontados pelos especialistas como caminhos possíveis.

“É preciso criar estruturas que respeitem a liberdade, mas ofereçam suporte. Não dá para romantizar nem demonizar nenhum dos lados”, conclui Loureiro.

Anabela e João seguem apostando na autonomia — não como solução fácil, mas como escolha consciente. “Não é sobre trabalhar menos”, diz ela. “É sobre trabalhar com mais sentido”. Mas a pergunta que fica é: a liberdade conquistada nesse novo arranjo é plena ou apenas uma nova forma de ilusão?

*Estagiário sob supervisão de Alan Resah