

Descanso ou recessão? Entenda a disputa sobre o fim da escala 6x1

Ricardo Westin

Em debate na sociedade e em votação no Congresso Nacional, a proposta que diminui a carga de trabalho dos empregados brasileiros divide opiniões e gera perguntas sobre seus impactos econômicos e sociais. O texto reduz as horas máximas trabalhadas na semana e extingue a escala 6x1.

Enquanto sindicatos e juízes trabalhistas argumentam que a mudança é necessária para garantir saúde e qualidade de vida aos trabalhadores, empresários afirmam que a medida vai aumentar os custos de produção e prejudicar a economia do país, inclusive com risco de recessão.

De acordo com um projeto de lei recém-enviado pelo governo ao Congresso ([PL 1.838/2026](#)), a jornada máxima cairia de 44 para 40 horas semanais e a escala 6x1 (seis dias de trabalho e um de descanso) seria substituída pela 5x2 (cinco dias trabalhados e dois consecutivos de repouso).

Os parlamentares também analisam outras propostas com conteúdo semelhante, como a [Proposta de Emenda à Constituição \(PEC\) 8/2025](#), da deputada Erika Hilton (PSOL-SP); a [PEC 221/2019](#), do deputado Reginaldo Lopes (PT-MG); e a [PEC 148/2015](#), do senador Paulo Paim (PT-RS). A principal diferença é que, no lugar do teto de 40 horas semanais estabelecido no projeto do governo, os três textos preveem 36.

Argumentos favoráveis

O juiz Ronaldo Callado, um dos diretores da Associação Nacional das Magistradas e dos Magistrados da Justiça do Trabalho (Anamatra), afirma que, segundo já comprovado por estudos científicos, o excesso de trabalho provoca efeitos negativos nos empregados.

— As condições de trabalho atuais têm aumentado os índices de adoecimento, acidente, absenteísmo [falta ao trabalho] e rotatividade. Entre as doenças mais frequentes, estão o *burnout*, a ansiedade e a depressão. Parte desse problema está ligada aos dias de trabalho muito longos e intensos, além da forma como são distribuídos — diz.

Ele observa que muitos trabalhadores já ultrapassam o limite constitucional atual, de 44 horas semanais trabalhadas, para fazer horas extras e receber um pouco mais no fim do mês, o que intensifica os impactos na saúde e na segurança.

De acordo com Callado, apesar de a jornada de 44 horas e a escala 6x1 estarem previstas na Constituição, a mudança proposta pelo governo pode ser feita por meio de lei, e não apenas através de emenda constitucional, porque a Carta trata da jornada máxima — o que abre espaço para que uma lei fixe qualquer teto inferior ao atual.

— A própria Constituição permite que direitos melhores sejam garantidos por lei. A redução da jornada representaria um direito adicional ao patrimônio do trabalhador. Além disso, é necessária para que o empregado possa usufruir até mesmo de outros direitos constitucionais, como o lazer, a saúde, a convivência familiar e a dignidade humana, assegurando equilíbrio entre trabalho e descanso e melhores condições de vida — acrescenta.

O juiz trabalhista lembra que, caso o projeto do governo seja aprovado, o Brasil atenderá a uma recomendação internacional feita há mais de 90 anos. Em 1935, diversos países assinaram uma convenção da Organização Internacional do Trabalho (OIT) comprometendo-se a limitar a jornada a 40 horas semanais. O Brasil assinou a convenção, mas depois não a ratificou, o que significa que ela nunca ganhou força de lei no país.

O diretor de relações sindicais do Departamento Intersindical de Estatística e Estudos Socioeconômicos (Dieese), Victor Pagani, explica que a diminuição da carga de trabalho também pode incentivar a entrada e a manutenção de jovens no mercado de trabalho.

— Temos visto entre os trabalhadores mais jovens uma rejeição crescente ao atual modelo de organização do trabalho, principalmente por causa das jornadas longas e do adoecimento mental. Isso se reflete em muitos pedidos de demissão e altas taxas de rotatividade.

Segundo ele, a redução da jornada de trabalho e o fim da escala 6x1 são medidas necessárias para redistribuir os ganhos de produtividade que a economia brasileira acumulou desde a última diminuição da carga, estabelecida em 1988 pela Constituição: de 48 horas semanais para as atuais 44.

— Discussões sobre redução de jornada ou aumento de salário são, na essência, uma disputa distributiva: quanto da riqueza produzida ficará como lucro e quanto será destinado à remuneração do trabalho. Desde que se estabeleceram as 44 horas, a produtividade no Brasil aumentou, em razão de avanços tecnológicos, investimentos em infraestrutura, inovação nos processos produtivos e qualificação do trabalhador, mas apenas os empresários se beneficiaram. É justo que os empregados recebam a sua parte.

Pagani entende que a discussão emergiu neste momento como consequência da [reforma trabalhista de 2017](#), promovida pelo governo do presidente Michel Temer. Algumas medidas incluídas na reforma intensificaram a atividade laboral e reduziram a remuneração, levando ao que Pagani classifica como “precarização das relações de trabalho”. Como exemplos, ele cita a criação do banco de horas individual, por acordo direto entre patrão e empregado, sem necessidade de acordo ou convenção coletiva; e o fim do direito às horas de deslocamento até o local de serviço, antes computadas como tempo de trabalho em certas situações.

O diretor do Dieese afirma que as empresas podem absorver “sem grandes traumas financeiros” as quatro horas semanais a menos de trabalho e o dia a mais de descanso remunerado. Ele cita uma pesquisa recente do Instituto de Pesquisa Econômica Aplicada (Ipea) que apontou que a adoção de 40 horas elevaria o custo médio do trabalho em cerca de 8%, mas, considerando o peso da mão de obra nos custos totais das empresas, o impacto seria inferior a 1% em setores como indústria e comércio.

— Ao longo da nossa história, sempre que se trata de avançar nos direitos dos trabalhadores, surge um terrorismo econômico, que diz que as empresas vão quebrar e a economia vai entrar em recessão. Os estudos e a própria história mostram que argumentos desse tipo não se sustentam — avalia Pagani.

Ronaldo Callado, da Anamatra, também enxerga uma “análise terrorista” e lembra que ela repete o tom adotado nas discussões em torno das férias remuneradas, aprovada em

1925, e do 13º salário, criado em 1962. De acordo com ele, a mudança vai impulsionar — e não prejudicar — o próprio setor produtivo e a economia nacional:

— Pesquisas da OIT e da própria ONU mostram que a redução da jornada traz benefícios econômicos e sociais. Trabalhando menos, o empregado tem mais tempo para consumir e o consumo aquece o setor produtivo, inclusive gerando novos empregos. É falacioso o discurso de que a medida poderia quebrar a economia.

O projeto do governo Luiz Inácio Lula da Silva que institui 40 horas semanais e escala 5x2 está atualmente em estudo na Câmara. Se for aprovado pelos deputados, será remetido ao Senado. A proposta foi enviada ao Poder Legislativo em meados de abril, em regime de urgência constitucional, o que obriga cada Casa a votá-la em até 45 dias.

Segundo o senador Paulo Paim, autor de uma das outras três propostas que tratam do tema, a classe empresarial historicamente adota contra essa mudança o argumento de que os brasileiros já trabalham pouco e desejam reduzir ainda mais a jornada. Na justificativa de sua PEC, o senador escreveu:

“Difundiu-se a ideia de que o empregado não gosta de ‘pegar no pesado’ e a malandragem é uma característica da classe trabalhadora. Essa ideologia responsabiliza o próprio trabalhador por sua pobreza e baixa remuneração e pelo atraso e produtividade do Brasil, que seria inferior à dos países desenvolvidos. No entanto, pesquisas mostram o contrário: a jornada brasileira é uma das longas do mundo”.

Argumentos contrários

O setor empresarial, por outro lado, discorda da conveniência econômica das mudanças. O superintendente de inteligência econômica da Confederação Nacional da Indústria (CNI), Marcio Guerra, afirma que a jornada de 40 horas e a escala 5x2 levariam a um aumento imediato dos custos de produção, que precisariam ser repassados ao consumidor, gerando inflação.

De acordo com a CNI, para as empresas conseguirem manter o mesmo nível de produção, os custos trabalhistas (horas extras e novas contratações) subiriam até 7% e o Produto Interno Bruto (PIB) gerado pelo setor produtivo como um todo cairia 0,7%. A inflação ao consumidor, por sua vez, alcançaria 6,2%.

Guerra explica que, com os custos de produção mais altos, os produtos brasileiros encareceriam e perderiam competitividade:

— Em um mercado global altamente disputado, qualquer aumento de custo pode fazer com que o produto brasileiro perca espaço para concorrentes estrangeiros, que, oferecendo preços menores, podem conquistar o mercado interno. Esse efeito cascata pode resultar em desemprego, queda de renda e até fechamento de empresas, principalmente as menores. É preciso cautela. Não podemos onerar ainda mais os preços, porque a população não tem condições de pagar, e tampouco tornar nossos produtos menos competitivos.

Para o superintendente da CNI, as propostas “invertem a lógica econômica natural” da produtividade. A redução da jornada, diz ele, deveria vir como consequência de ganhos de produtividade já consolidados na economia: primeiro, o país investiria em tecnologia e processos, aumentaria a produtividade e, com essa folga, diminuiria a jornada.

No entanto, as propostas fazem o caminho oposto: reduzem a jornada na expectativa de que isso gere mais produtividade, produzindo nos mesmos níveis anteriores com menos horas de trabalho. Guerra prevê que o setor produtivo encontrará dificuldades para fazer as novas contratações que serão necessárias:

— Mesmo que se tente contratar mais pessoas, a atual baixa taxa de desemprego no Brasil torna difícil encontrar profissionais qualificados. Esses trabalhadores, muitas vezes, simplesmente não estão disponíveis. Isso exige repensar a organização da produção e buscar mão de obra especializada, o que não é trivial em um mercado que já enfrenta grande escassez de profissionais preparados.

A Associação Brasileira de Bares e Restaurantes (Abrasel), que representa os empresários do setor, pensa da mesma forma. O presidente-executivo, Paulo Solmucci, adverte que a falta de empregados vai provocar uma disputa desigual pela mão de obra, com efeitos negativos em parte dos estabelecimentos comerciais:

— Como não haverá profissionais novos para suprir toda a demanda, restaurantes, bares, supermercados e clínicas de regiões mais ricas acabarão “tomando”, com salários mais altos, os trabalhadores de estabelecimentos menores localizados em áreas mais pobres. Isso forçaria a precarização ou, pior, o fechamento de negócios em favelas e periferias.

De acordo com ele, essa migração da mão de obra ainda criaria um efeito colateral para o próprio empregado. Ao precisar se deslocar do seu bairro na periferia para cobrir as vagas nas áreas centrais e mais ricas, ele passaria muito mais tempo no transporte público.

— Indo trabalhar nas regiões ricas, esses trabalhadores vão passar mais tempo dentro do ônibus. Sendo, por exemplo, duas horas para ir e outras duas para voltar, em cinco dias serão 20 horas gastas no transporte. Ou seja, muito mais do que as horas semanais que deixariam de ser trabalhadas com o fim da escala 6x1 e a adoção da 5x2.

Solmucci diz que é preciso separar os dois grandes assuntos contidos na proposta de diminuição da carga de trabalho:

— O melhor caminho para o Brasil hoje seria não mexer na escala 6x1 e concentrar o debate apenas no enorme desafio de reduzir a jornada de 44 para 40 horas semanais.

Segundo o presidente da Abrasel, quatro horas a menos na jornada implicam custos elevados, mas, havendo um “período de transição razoável”, o setor produtivo poderia buscar ganhos de produtividade de modo a minimizar esses custos e o seu impacto nos preços. A sugestão é que a jornada seja reduzida gradualmente ao longo de pelo menos cinco anos.

— Não será um desafio trivial. Nos últimos 40 anos, conseguimos aumentar a produtividade em apenas 20%. Se mantivermos esse ritmo, levaremos 20 anos para compensar a redução da jornada. Acreditamos, porém, que com inteligência artificial, automação e reforma tributária, talvez seja possível fazer em cinco anos o que antes demorava duas décadas e, assim, não repassar todo o custo para o consumidor.

O que a Abrasel rejeita no projeto é a troca da escala 6x1 pela 5x2. Além da entrave de disponibilidade de mão de obra, essa mudança envolve custos que o setor produtivo não conseguiria suportar, segundo a associação. Para cobrir o dia extra de descanso de cada

empregado, diz o presidente, as empresas teriam que contratar 20% a mais de funcionários.

Na visão de Solmucci, a promessa de que os salários não serão reduzidos é “falaciosa” na prática, ainda que isso esteja estabelecido na nova norma:

— Um garçom que hoje trabalha seis dias vai perder um dia de serviço e, junto com ele, a gorjeta daquele dia. O mesmo acontece com quem vive de vendas no comércio, que recebe comissão. Para esses empregados, a renda extra faz diferença. E a situação ficará ainda pior para eles se o descanso for no sábado, dia em que o movimento e o consumo são mais altos.

A Confederação Nacional do Transporte (CNT), representante das companhias de transporte de passageiros e cargas e do setor de logística, também é contrária ao projeto do governo. Segundo o gerente-executivo de relações trabalhistas e sindicais, Frederico Toledo, trata-se até de uma medida “desnecessária”:

— Embora a Constituição preveja 44 horas semanais, a média nacional já é de 38,4 horas graças às negociações coletivas. Isso mostra que trabalhadores e empregadores conseguem ajustar a jornada de forma responsável, sem necessidade de imposição legal. Historicamente, foi o diálogo social que reduziu a jornada no Brasil, e é esse processo que deve continuar. Se o teto for rebaixado por lei, corre-se o risco de inviabilizar futuras negociações ou torná-las tão limitadas que deixem de existir.

Ele avalia que a mudança na carga de trabalho deflagraria uma piora imediata no transporte público do país:

— Estudos mostram que o setor já opera sob pressão, com falta de mão de obra especializada. Hoje há inúmeras vagas abertas para motoristas, pilotos, ferroviários e trabalhadores do setor aquaviário. Se a jornada for reduzida, será preciso contratar mais, mas a mão de obra não existe. No transporte rodoviário de passageiros, responsável por 95% da mobilidade no país, isso significa menos oferta de frota. Rotas secundárias de ônibus tenderão a ser cortadas e as que já estão lotadas ficarão ainda mais cheias. A consequência será o aumento no preço das passagens, o que pesa no bolso dos trabalhadores.

De acordo com Toledo, colocando as cifras na ponta do lápis, os trabalhadores sairão perdendo com as mudanças:

— Os produtos vão chegar mais caros, porque o transporte está presente em toda a cadeia, da fazenda à indústria, do centro de distribuição ao supermercado. Se os custos do transporte aumentarem, isso vai se refletir no preço final. Pode parecer que o trabalhador vai sair ganhando ao receber o mesmo salário por menos horas trabalhadas, mas, na prática, seu poder de compra vai diminuir. Diante disso, muitos acabarão usando o tempo livre para fazer bicos, o que tenderá a ampliar a informalidade e colocar em dúvida qualquer melhoria real na vida dos trabalhadores, sobretudo das classes B e C.

A CNT alerta que, se a lei for aprovada e depois se provar um erro diante da realidade, ela dificilmente poderá ser revertida, por se tratar de um direito social. A CNI e a Abrasel, por sua vez, criticam fortemente a “pressa” no debate, argumentando que a discussão está sendo pautada e pressionada pelo calendário eleitoral, e não pelo real interesse da sociedade.

Fonte: Agência Senado