

ESCRAVIDÃO MODERNA NA EXPLORAÇÃO CAPITALISTA E O FIM DA ESCALA 6X1

Marta Betânia de Freitas Lima

Estudante; Faculdade Evolução Alto Oeste Potiguar - FACEP; e-mail: profa.martabetania@gmail.com.

Andréia Emanuela Gadelha

Estudante; Faculdade Evolução Alto Oeste Potiguar – FACEP; e-mail: g.andreia.e@gmail.com.

Kamila Matias Virgínio

Coordenadora Externa do Núcleo de Pesquisa em Políticas Públicas, Psicologia e Territorialidades; Mestra em Planejamento e Dinâmicas Territoriais – PLANTIDES/UERN; e-mail: kamilamvarq@gmail.com.

Hudson Walker Simão Carneiro

Coordenador do Núcleo de Pesquisa em Políticas Públicas, Psicologia e Territorialidades; Faculdade Evolução Alto Oeste Potiguar - FACEP; e-mail: hudsonwalkerpsi@gmail.com.

RESUMO

A articulação entre o passado e o presente, evidencia que a exploração do trabalhador não é um evento histórico superado, mas uma realidade que se reconfigura de acordo com as transformações no modo de produção capitalista. Sob essa perspectiva, este trabalho questiona em que medida a escala 6x1 pode ser caracterizada como uma forma de escravidão moderna. A pesquisa tem como objetivo geral analisar a relação entre a exploração capitalista contemporânea e formas de escravidão moderna no contexto das relações de trabalho, com ênfase na crítica à escala 6x1 e suas implicações para a dignidade e os direitos dos trabalhadores. Quanto aos objetivos específicos, busca-se: investigar o conceito de escravidão moderna nas relações de trabalho contemporâneas; examinar como a lógica do capitalismo contribui para a intensificação da exploração laboral e a precarização do trabalho; e, por fim, discutir os impactos psicossociais da escala 6x1 e as propostas e debates sobre a redução da jornada de trabalho. Para efeito da análise empreendida nesta pesquisa, os procedimentos metodológicos que norteiam o trabalho envolvem uma revisão de literatura de caráter qualitativo, discute-se como as transformações do capitalismo reconfiguram antigas formas de dominação e intensificação da exploração da força de trabalho. Nesse cenário, a escala 6x1 é problematizada como dispositivo que contribui para o desgaste físico e psíquico dos trabalhadores, limitando seu acesso ao descanso, ao lazer e à vida social. Por fim, o artigo aponta a redução da jornada de trabalho como um caminho possível para o enfrentamento dessas formas contemporâneas de exploração.

PALAVRAS-CHAVE: Relações de trabalho; Exploração laboral; jornada exaustiva; Precarização do trabalho.

1 INTRODUÇÃO

O processo das relações de trabalho no capitalismo contemporâneo tem evidenciado a permanência e, em alguns casos, a intensificação de formas de exploração que se aproximam

daquilo que se pode chamar de escravidão moderna. Embora oficialmente abolida, a escravidão renasce sob novas configurações, caracterizadas pela precarização das condições laborais, pela flexibilização de direitos e pela imposição de jornadas exaustivas que comprometem a saúde física e mental do trabalhador, bem como a dignidade da pessoa humana. Nesse cenário, a organização do tempo de trabalho torna-se um elemento central para a compreensão desse novo formato de dominação.

Nesse sentido, o que se convencionou chamar escravidão moderna não mais se apresenta sob a forma de propriedade de indivíduos, mas se expressa por meio de mecanismos estruturais que submetem trabalhadores a condições degradantes, jornadas exaustivas e limitações concretas de sua liberdade. Tais práticas, embora habitualmente legalizadas ou toleradas, revelam a permanência de relações profundamente desiguais entre capital e trabalho.

A partir das contribuições teóricas e da crítica desenvolvida por Marx (1864), notadamente no que se refere à exploração da força de trabalho e à extração de mais-valia, compreende-se como o capitalismo estrutura mecanismos que aumentam a produtividade por meio do desgaste do trabalhador. Para esse autor, o trabalho é a base da produção de riqueza, é a atividade que transforma a natureza, possibilitando a produção de bens e serviços. Entretanto, na sociedade capitalista, essa transformação é intermediada por relações de exploração, onde o trabalhador se torna uma mercadoria.

É possível notar que esse conceito ainda reverbera na sociedade contemporânea e se expressa pelo aumento da precarização, a desumanização do trabalho, na constante pressão por produtividade em vários setores nas indústrias e no comércio, na jornada prolongada de trabalho, resultando em formas mais intensas de alienação, controle e exploração.

Nesse contexto, a escala de trabalho 6x1, amplamente adotada em setores como comércio e serviços, caracterizada por seis dias consecutivos de trabalho seguidos de apenas um dia de descanso, insere-se nesse debate como uma expressão concreta dessa lógica produtiva, tal modelo evidencia a prioridade atribuída à produtividade em detrimento do bem-estar físico, mental e social do trabalhador.

Conforme Ribeiro (2025), ainda que prevista em dispositivos legais, a aplicação da escala 6x1 tem sido objeto de duras críticas por seus impactos negativos na saúde física e mental dos trabalhadores, e ainda por limitar o acesso ao lazer, à convivência social e ao pleno exercício da cidadania, levantando questionamentos acerca dos limites entre legalidade e legitimidade, sobretudo a importância de um equilíbrio entre produtividade e qualidade de vida.

No centro dessas reflexões, torna-se fundamental problematizar a naturalização de jornadas que, embora legalmente instituídas podem reproduzir, ainda que de forma indireta,

dinâmicas de exploração extrema, condições análogas à escravidão ao restringirem o tempo de descanso, o convívio social e o acesso a uma vida digna. Assim, esta pesquisa busca responder à seguinte questão problema: em que medida a escala 6x1 pode ser caracterizada como uma forma de escravidão moderna?

O fio condutor deste estudo orienta-se através do objetivo geral: analisar a relação entre a exploração capitalista contemporânea e formas de escravidão moderna no contexto das relações de trabalho, com ênfase na crítica à escala 6x1 e suas implicações para a dignidade e os direitos dos trabalhadores. Para fundamentar essa análise, definiram-se os seguintes objetivos específicos: investigar o conceito de escravidão moderna nas relações de trabalho contemporâneas; examinar como a lógica do capitalismo contribui para a intensificação da exploração laboral e a precarização do trabalho; e, por fim, discutir os impactos psicossociais da escala 6x1 e as propostas e debates sobre a redução da jornada de trabalho.

Ao propor uma abordagem crítica sobre a persistência de condições análogas à escravidão em sociedades contemporâneas, esse estudo busca evidenciar as contradições profundas no modelo capitalista de produção, em que, apesar dos avanços legislativos, ainda persistem práticas que violam a dignidade do trabalhador. Ao discutir a superação da jornada de trabalho na escala 6x1, pensando sobre seus impactos para o desgaste físico e mental dos trabalhadores, a pesquisa buscará contribuir para o debate sobre a necessidade de revisão das jornadas de trabalho. Nesse contexto, a discussão proposta assume relevância acadêmica e social ao promover condições mais justas, dignas e compatíveis com os princípios fundamentais dos direitos humanos.

2 PRECARIZAÇÃO DO TRABALHO NA MODERNIDADE: NOVA ROUPAGEM DE UMA EXPLORAÇÃO HISTÓRICA

2.1 Escravidão Moderna e Capitalismo

Para entender a problemática da escravidão moderna é imprescindível recorrer à história das relações de trabalho no território brasileiro. A forma mais remota de experiência trabalhista é compreendida pela doutrina como o período pré-histórico ou pré-industrial, comportando três fases: a primeira fase, a escravidão, quando há a vinculação do homem ao homem, o escravo então era considerado um objeto; a segunda, a fase da servidão, quando há a vinculação do homem à terra, momento muito marcante da fase feudal, e por último a terceira fase, corporações, quando há a vinculação do homem à profissão (Nascimento; Medeiros, 2023).

Segundo Araújo (2022) no Brasil, o modo de produção escravista teria sido determinante na colônia, sendo diretamente articulado e subordinado ao movimento geral de acumulação de bens e riquezas, teve seu início por volta de 1530 e se manteve por aproximadamente 388 anos, tendo sido abolida em todo o território brasileiro pela Lei Áurea, Lei nº 3.353, assinada pela princesa Izabel em 13 de maio de 1888, como resultado de intensa pressão popular, abolicionista, política e internacional.

Consideramos importante destacar o Feudalismo como sendo um período da história marcado pela exploração da mão de obra humana numa relação de servidão. O sistema feudal, predominante na Europa Ocidental durante a Idade Média, organizava-se a partir de uma estrutura rígida de hierarquias sociais e da posse da terra como principal meio de produção. Sob essas condições, a relação de trabalho não pode ser definida como trabalho livre, mas como uma forma de servidão. Nas palavras de Assunção e Pavelquesi:

Com o declínio da Escravidão, a sociedade foi transicionando para o que a história denomina Feudalismo, cujas relações de trabalho se apresentavam no formato de servidão - uma espécie de escravidão mais branda, fundamentada em um trabalho extenuante realizado pelos servos em favor dos senhores feudais, que lhes davam, como contraprestação, moradia e proteção, além de um pedaço de terra emprestada, onde os servos podiam produzir alimentos para o próprio sustento, mas não se isentavam do pagamento de impostos aos senhores feudais e nem de entregar-lhes parte de sua própria produção, além de ficarem pactuados até o resto de suas vidas com esses “contratos” (2025, p. 4).

Com base no que foi mencionado acima, entendemos que os servos não eram escravizados no sentido clássico, como aconteceu no Brasil colonial, contudo, tampouco, eram livres. Eles estavam vinculados à terra e subjugados ao senhor feudal, devendo cumprir obrigações como a corveia (trabalho gratuito nas terras do senhor), a talha (entrega de parte da produção) e diversas taxas. Essa relação era sustentada por um sistema de dependência pessoal e econômica, em que o servo trocava sua força de trabalho por proteção e acesso à terra para subsistência.

Segundo Karl Marx (1864) O feudalismo se caracteriza por relações de produção baseadas na exploração direta do trabalho, ainda que mediadas por vínculos pessoais e não estritamente mercantis. Diferentemente do capitalismo, a exploração não se dava prioritariamente via salário, mas pela apropriação direta do excedente produzido pelo servo. Nesses termos, a servidão feudal pode ser compreendida como uma forma histórica de coerção do trabalho, sustentada por tradições, costumes e pela força política dos senhores.

De acordo com Assunção e Pavelquesi (2025), a organização do trabalho passa por uma transformação profunda com a transição do feudalismo para o sistema capitalista,

principalmente a partir da Revolução Industrial. Dessa forma, no processo de transição para a modernidade, a Revolução Industrial inaugura um novo modelo de relações de trabalho. O desenvolvimento das máquinas e da produção industrial impulsiona a substituição do trabalho artesanal pelo trabalho fabril e a consolidação do Capitalismo, os trabalhadores se desvincularam da terra e se dirigem para os centros urbanos, tornando-os dependentes da venda de sua força de trabalho para garantir a sua subsistência.

Mesmo indicando uma aparente liberdade, já que o trabalhador não pertence juridicamente a um senhor, essa relação é marcada por novas formas de exploração materializadas em jornadas extenuantes, baixos salários, condições insalubres, situações precárias de vida e o uso intensivo de mão de obra infantil e feminina denunciam que a exploração se reformula, mas não desaparece.

É importante ressaltar que nos tempos históricos mencionados é possível observar a exploração humana como mecanismo para obter ou potencializar riquezas e ao dirigirmos o olhar para o Capitalismo, percebemos que esse sistema se reproduz e se perpetua a partir da exploração do trabalho humano, quanto mais esse trabalhador estiver à disposição, quanto menos direitos, menos garantias, quanto menor o tempo de ócio ele tiver, maior será a geração de riquezas. Conforme as palavras de Ribeiro:

Os capitalistas são os principais responsáveis pela intensificação do trabalho durante a história da sociedade, seu desejo de aumentar a produção resulta na ampliação das horas de trabalho ao máximo. Posteriormente, tanto eles quanto os trabalhadores percebem os problemas gerados por essa intensificação e, então, começam a investir em tecnologia, exigindo que os operários se adaptem ao novo ritmo acelerado (2025, p. 451).

Em face desse entendimento, examinar a escravidão moderna no interior das dinâmicas capitalistas exige uma análise que ultrapasse a noção clássica de trabalho escravo formal, incluindo as múltiplas formas contemporâneas de exploração da força de trabalho. Para Marx (1864), o capitalismo se estrutura a partir da exploração do trabalho assalariado, na qual o trabalhador vende sua força de trabalho em condições historicamente determinadas, frequentemente marcadas pela desigualdade estrutural. Assim sendo, ainda que legalmente livres, trabalhadores podem estar sujeitos a condições análogas à escravidão quando há desrespeito de direitos fundamentais, jornadas exaustivas, degradação das condições de trabalho e restrição de autonomia.

A literatura contemporânea intensifica esse debate ao ressaltar que a chamada “escravidão moderna” se expressa de maneira imprecisa e, muitas vezes, naturalizada. Segundo

Antunes (2018), o capitalismo atual, especialmente em sua fase neoliberal, intensifica a precarização do trabalho por meio da flexibilização das relações laborais, da informalidade e da fragilização das garantias legais. Essa configuração favorece o surgimento de formas de exploração que, embora não sejam legalmente classificadas como escravidão, reproduzem seus elementos estruturais, como a superexploração, a insegurança e a vulnerabilidade social.

2.2 A escala 6x1 como prática de exploração

A escala de trabalho 6x1, delineada por seis dias consecutivos de trabalho para um dia de descanso, pode configurar uma prática que potencializa a exploração da força de trabalho. Embora regulamentada em muitos setores, essa forma de organização da jornada resulta frequentemente em desgaste físico e mental dos trabalhadores, comprometendo a sua saúde e qualidade de vida. Para Christophe Dejours (1992) a intensificação do trabalho e a redução do tempo de descanso estão diretamente vinculadas ao sofrimento psíquico, uma vez que limitam a possibilidade de recuperação e elaboração subjetiva das experiências laborais.

Acrescenta-se que, a manutenção de jornadas extensas dialoga com o conceito de tempo de trabalho ampliado, no qual o capital busca maximizar a extração de mais-valia absoluta, conforme já analisado por Karl Marx. A escala 6x1, nesse sentido, pode ser compreendida como um mecanismo contemporâneo de prolongamento do tempo de exploração, sobretudo em contextos de baixa regulação ou fiscalização insuficiente.

Convergindo com entendimento de Souza, Guarany e March (2025), o controle do tempo de trabalho presente na dinâmica histórica do sistema capitalista molda-se e manifesta-se pela exploração e opressão de trabalhadores por jornadas extensas e intensas, com consequências coletivas à saúde.

A prática de intensificação e da superexploração da força de trabalho se tornou característica do capitalismo no território brasileiro, agravado pela herança advinda do período colonial e pelo sistema patriarcal, que, apesar das conquistas impostas pelos movimentos sociais deflagados em prol da igualdade de gênero e raça, ainda hoje mostra suas marcas, sempre buscando formas de naturalizar e justificar os retrocessos de conquistas, principalmente em contexto de desemprego estrutural (Antunes, 2018).

2.3 Perspectivas de redução da jornada de trabalho e enfrentamento à precarização

Ao considerar o debate sobre as propostas de redução da jornada de trabalho como estratégia de enfrentamento à precarização, cabe mencionar os momentos históricos em que a jornada de trabalho foi institucionalizada nos documentos oficiais. No Brasil, a Consolidação das Leis do Trabalho (CLT), instituída em 1943 no governo de Getúlio Vargas, estabeleceu uma jornada máxima de 48 horas semanais, posteriormente reduzida para 44 horas pela Constituição de 1988.

O aparato legal da escala 6x1 se insere na legislação trabalhista brasileira, tendo regulamentação e respaldo na Consolidação das Leis do Trabalho (CLT). Essa legislação pressupõe normas específicas para as jornadas de trabalho e direito ao descanso do trabalhador, que se descumpridas, impactam consideravelmente a saúde e o cotidiano dos trabalhadores que nela estão inseridos, comprometendo a convivência social e o desenvolvimento pessoal do profissional (Nascimento; Medeiros, 2023).

Conforme apontam Pinheiro, Menezes e Leone (2025, p. 2) “O período do governo de Getúlio Vargas (1930/1945) foi marcante, considerando a promulgação da Consolidação das Leis do Trabalho, a CLT, e que regulamentou férias (1931), o horário de trabalho do comércio (1932) e a chamada Convenção Coletiva de Trabalho (1932).” A respeito da jornada de trabalho, convém destacar que a CLT enfatiza a importância do controle da jornada para proteger a saúde do trabalhador e garantir o equilíbrio entre vida pessoal e profissional, no entanto, os empregadores demonstram resistência em implementar a flexibilidade na jornada de trabalho, argumentando possível aumento nos custos operacionais e implicações na produtividade.

A Constituição Federal de 1988 assegura direitos fundamentais aos trabalhadores, como jornada semanal limitada a 40 horas, bem como descanso semanal remunerado. Contudo, a efetivação desses direitos enfrenta desafios diante das transformações do mundo do trabalho, especialmente com o avanço de modelos flexibilizados que, muitas vezes, tensionam os limites legais. Assim, a discussão sobre o fim da escala 6x1 se insere em um movimento mais amplo de revisão das condições de trabalho, buscando equilibrar produtividade econômica e dignidade humana.

Importa destacar que no plano normativo, o artigo 149 do Código Penal Brasileiro tipifica como crime a submissão de uma pessoa a condições análogas à de escravo, prevendo penas de reclusão de dois a oito anos, além de multa. No campo internacional, a Convenção nº 29 da Organização Internacional do Trabalho (OIT), de 1930, ratificada pelo Brasil, define o trabalho forçado e obriga os países signatários a combatê-lo. Apesar da existência de um arcabouço jurídico relativamente robusto, a persistência da escravidão moderna no Brasil revela

profundas contradições entre o discurso formal dos direitos humanos e a realidade das relações de trabalho (Silva *et al.*, 2025).

De conformidade com esse percurso histórico, compreende-se que as formas de exploração do trabalho não se limitam a períodos específicos, mas se reconfiguram mediante as transformações do modo de produção. Tais mudanças mantêm, contudo, a centralidade da apropriação da força de trabalho e da desigualdade estrutural. Desde o regime de escravidão colonial, da servidão feudal às condições impostas pela Revolução Industrial, até as dinâmicas contemporâneas do capitalismo flexibilizado, verifica-se a permanência de mecanismos que, mesmo sob a aparência de legalidade e liberdade formal, produzem formas de subordinação e superexploração dos trabalhadores. Nesse contexto, práticas como a escala 6x1 revelam a atualidade dessas contradições, ao tensionarem os limites entre trabalho digno e exploração.

Nesse sentido, a discussão sobre a escravidão moderna ultrapassa a identificação de situações extremas de coerção, exigindo a problematização das próprias estruturas que sustentam a precarização laboral. Nessa direção, a defesa e ampliação dos direitos trabalhistas, historicamente conquistados por meio de lutas sociais, tornam-se fundamentais para o enfrentamento dessas formas contemporâneas de exploração. Tal postura reafirma o trabalho como um direito social e não como simples mercadoria, em consonância com os princípios defendidos por organismos como a Organização Internacional do Trabalho (OIT).

Como uma expressão contemporânea das lutas sociais pela defesa e ampliação dos direitos trabalhistas, Ribeiro (2025) aponta o surgimento do movimento VAT – Vida Além do Trabalho, criado em 2023 por Rick Azevedo, na sua essência o movimento VAT denuncia os impactos psicossociais da escala 6x1, tais como o distanciamento da família, comprometimento dos relacionamentos por ausência de manutenção, falta de tempo para o cuidado de si mesmo. Além disso, ressalta sintomas como ansiedade, insônia e depressão, resultantes da associação perigosa entre pressão por manter o emprego com a ausência de tempo para cuidados essenciais. Em suas palavras a autora assevera que “A escala 6x1 é considerada por Rick Azevedo, como uma perpetuação da herança escravocrata presente na classe dominante brasileira, pois explora a classe trabalhadora quase que em sua totalidade.” Torna-se evidente, portanto, que essa superexploração gera consequências nefastas que transcendem o ambiente laboral e atingem a subjetividade e a dignidade dos trabalhadores.

3 PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

3.1 Classificação da pesquisa

A presente investigação caracteriza-se como uma pesquisa de natureza bibliográfica. Esta modalidade fundamenta-se na análise rigorosa de material já elaborado, composto predominantemente por livros e artigos científicos, conforme as orientações metodológicas de Gil (2010). O procedimento permite o levantamento e a revisão de contribuições acadêmicas anteriores, fornecendo o suporte teórico indispensável para o direcionamento científico do trabalho.

Quanto aos seus objetivos, este estudo assume um caráter exploratório. Segundo a perspectiva de Leite (2015), essa classificação é pertinente quando se busca proporcionar maior familiaridade com o problema, tornando-o mais explícito e facilitando a construção de hipóteses ou novas reflexões sobre fenômenos que, embora possuam bases teóricas sólidas, carecem de maior discussão sob óticas contemporâneas específicas.

No que tange à abordagem do problema, optou-se pela metodologia qualitativa. Tal escolha justifica-se pela capacidade deste método em proporcionar uma compreensão aprofundada dos fenômenos estudados, priorizando a análise de aspectos subjetivos e do comportamento humano. De acordo com Gil (2010), a abordagem qualitativa permite considerar o contexto social em que o problema está inserido, as características da sociedade e momento histórico em que o tema ascende como pauta relevante na esfera pública.

O presente estudo foi articulado no âmbito do Núcleo de Pesquisa em Políticas Públicas, Psicologia e Territorialidades (NUPSIT), refletindo as linhas de investigação desenvolvidas pelo grupo e nas discussões realizadas nos encontros do referido projeto de pesquisa.

3.2 Instrumento de coleta de dados, universo e amostra

A pesquisa foi realizada em meio virtual, dando-se preferência para os resultados encontrados em sites em sites reconhecidos pela comunidade acadêmico-científica tais como *Scientific Electronic Library Online* (SciELO) e Google Acadêmico; os termos-chaves utilizados na busca foram: “escravidão moderna,” “exploração capitalista”, “mudanças na jornada de trabalho”, “impactos psicossociais da escala 6x1”, “impactos da jornada na saúde do trabalhador” e “redução da jornada de trabalho.” A seleção dos textos se deu mediante a leitura dos títulos e de seus resumos, delimitando os que possuíam maior relevância para a produção deste trabalho. Destaca-se como critérios de inclusão a prioridade por artigos publicados nos últimos seis anos e, que estivessem conectadas com a temática em debate. Como critério de exclusão, foram descartados artigos que apresentassem discussões genéricas ou superficiais, priorizando aqueles que atendessem rigorosamente aos objetivos deste estudo.

Para fins de análise, os textos selecionados foram organizados em um quadro analítico, que reúne as pesquisas diretamente alinhadas à temática e ao propósito deste trabalho.

Quadro 1: Síntese do levantamento bibliográfico e seleção de obras

Autor(es) (sobrenome)	Título da obra/estudo/pesquisa	Ano	Objetivos
Silva, Santos, Vaz e Gonçalves	Escravidão moderna no Brasil	2025	Analisar criticamente a evolução da escravidão no país, evidenciando as estruturas sociais, raciais e econômicas que perpetuam esse fenômeno.
Araújo	A relação capital-trabalho e a escravidão contemporânea: a exploração da força de trabalho e o processo de expansão do capital	2022	analisar a relação capital-trabalho e a escravidão contemporânea, perpassando por elementos como força de trabalho, valor da força de trabalho, exploração da força de trabalho, o processo de expansão do capital e a superexploração do trabalho, da qual a escravidão é sua forma mais cruel.
Rodrigues, Lunkes e Santos	Impactos da Escala de Trabalho 6X1 na Saúde Mental dos Trabalhadores Brasileiros	2026	identificar de que forma a jornada de trabalho na escala 6x1 pode afetar a saúde mental e a vida social dos trabalhadores brasileiros.
Pinheiro, Meneses e Leone	Reflexões sobre a jornada de trabalho no Brasil: possibilidades e implicações do fim da escala 6x1	2025	discutir as perspectivas e consequências da proposta de reforma trabalhista no Brasil, que busca implementar um modelo mais flexível de jornada de trabalho.
Ribeiro	O modelo de trabalho contemporâneo e a luta pelo fim da escala 6x1	2025	descrever as especificidades do modelo de trabalho na sociedade contemporânea capitalista e cada vez mais neoliberal.
Souza, Guarani e March	Vida Além do Trabalho? Notas sobre jornadas extensas, emancipação política e a saúde dos trabalhadores	2025	problematizar os temas das jornadas extensas de trabalho, da emancipação política e da saúde dos trabalhadores com enfoque no movimento Vida Além do Trabalho (VAT).

Fonte: Elaborado pelas autoras (2026).

3.3 Análise de dados

Para a análise do material coletado, optou-se por interpretar textos selecionados de forma qualitativa mediante a análise do discurso, dando direção teórica aos estudos sobre a escravidão moderna, exploração do trabalho, precarização do trabalho e longa jornada laboral como mecanismos de perpetuação do Capitalismo. Segundo Gregolin (1995), a aplicação desta metodologia permite compreender a construção de sentidos de um texto a partir de sua articulação com o contexto histórico e social. Dessa forma, o discurso é analisado enquanto um objeto simultaneamente linguístico e histórico.

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

4.1 A escravidão moderna nas relações de trabalho contemporâneas

A análise da literatura selecionada, torna evidente que a chamada escravidão moderna pode ser compreendida, à luz do materialismo histórico e se configura como uma expressão contemporânea das contradições do sistema capitalista, marcada pela intensificação da exploração da força de trabalho e pela flexibilização de direitos. Estudos como os de Silva *et al.* (2025) e Araújo (2022) convergem ao apontar que, embora não se manifeste nos moldes clássicos da escravidão colonial, essa forma de exploração persiste por meio de condições degradantes, jornadas exaustivas e restrição de liberdade, sobretudo em contextos de vulnerabilidade socioeconômica.

O estudo de Silva *et al.* (2025) analisa criticamente a evolução da escravidão no Brasil, a partir da investigação da continuidade da escravidão na modernidade, evidenciando as estruturas sociais, raciais e econômicas que perpetuam esse fenômeno, de modo a enriquecer o debate sobre a persistência dessa prática de exploração que mesmo sendo ilegal, muitas vezes é naturalizada pelas elites econômicas e midiáticas, sem perder de vista os aspectos legais, sociais e políticos envolvidos na manutenção e enfrentamento dessa prática.

Sob essa ótica, Araújo (2022) ao analisar a relação capital-trabalho e a escravidão contemporânea, percorre elementos como força de trabalho, valor da força de trabalho, exploração da força de trabalho, o processo de expansão do capital e a superexploração do trabalho, da qual a escravidão é sua forma mais cruel. Nos seus argumentos a autora enfatiza que o trabalho escravo na modernidade integra o processo de manutenção e expansão do Capitalismo, contribuindo para a intensificação da exploração força e trabalho.

Nessa direção, a autora supracitada contribui ao analisar a relação entre capital e trabalho, destacando que a expansão do capital tende a produzir formas cada vez mais sofisticadas de exploração, nas quais a precarização das condições laborais se torna um

mecanismo estrutural. Essa perspectiva permite compreender a escravidão contemporânea não como exceção, mas como parte integrante da dinâmica capitalista.

O entendimento desses autores reforça a ideia de que a escravidão moderna, embora revestida de novas formas contratuais, mantém a essência da exploração e da desumanização e seu combate exige não apenas medidas jurídicas e institucionais, mas intensas transformações sociais e a erradicação irrevogável da escravidão no Brasil demanda compromisso ético e políticas públicas eficazes, para garantir justiça social e dignidade no trabalho.

Em outros termos, a escravidão moderna se configura, no capitalismo contemporâneo, como uma categoria central para a compreensão das dinâmicas do trabalho. Uma vez que, diferentemente de sua forma clássica, que é marcada pela propriedade direta dos indivíduos, suas atuais expressões se manifestam por meio de mecanismos estruturais que submetem trabalhadores a condições precarizadas, com longas jornadas e limitações explícitas de sua autonomia laboral

Ao correlacionar os estudos de Antunes (2018) com a literatura recente, observa-se que essas práticas não são fenômenos isolados, mas parte estrutural do modo de produção capitalista (no qual a força de trabalho como meio de exploração permanece como elemento orgânico para a geração de riqueza. Nesse contexto, a escravidão moderna assume formas mais sutis e difusas, permitindo a frequente naturalização das relações laborais e sendo legitimadas por dispositivos legais e organizacionais.

A precarização do trabalho, a flexibilização das relações contratuais e a fragmentação dos direitos trabalhistas são apontados pelos autores contemporâneos como meios que cooperam para o fortalecimento desse cenário, no qual trabalhadores encontram-se expostos à condições que limitam suas possibilidades de escolha reais, embora, estejam juridicamente livres. Assim, pode-se deixar de perceber a exploração como exceção e passar a vê-la como integrante do funcionamento regular do sistema produtivo em que vivemos.

Dessa forma, infere-se que a escravidão moderna representa uma reconfiguração histórica das formas de dominação do trabalho adaptada às exigências do capitalismo atual, contudo, mantendo a centralidade da desigualdade estrutural e da subordinação da força de trabalho.

4.2 A escala 6×1 como modelo contemporâneo de intensificação da exploração

Constitui-se como um dos principais mecanismos de controle e exploração no capitalismo contemporâneo (Marx, 1864) a Organização do Tempo. Nesse sentido, a escala 6×1

destaca-se como uma potencializadora dentro da organização laboral, que intensifica a exploração da força de trabalho, ao estabelecer seis dias consecutivos de atividades para apenas um de descanso.

Embora regulamentada em diversos setores, essa modalidade de jornada impõe significativos limites à recuperação física e mental dos trabalhadores, ao contribuir para o desgaste progressivo e para a deterioração da qualidade de vida dos sujeitos (Dejours, 1992). Vale ressaltar que, a redução do tempo de descanso compromete não somente a saúde, mas também dificulta o acesso ao lazer, à convivência social e ao equilíbrio entre vida pessoal e profissional.

Sob a perspectiva teórica, é possível compreender essa dinâmica como uma estratégia de ampliação da extração de mais-valia, como já foi apresentado anteriormente. Na medida em que prolonga o tempo disponível para a produção e maximiza a utilização da força de trabalho, se evidencia, com clareza, que a produtividade como valor dominante, em detrimento do bem-estar dos trabalhadores, é a centralidade para o sistema (Marx, 1864).

Com o propósito de identificar de que forma a jornada de trabalho na escala 6x1 pode afetar a saúde mental e a vida social dos trabalhadores brasileiros, a pesquisa de Rodrigues, Lunkes e Santos (2026) analisa os níveis de estresse, ansiedade e depressão em 81 (oitenta e um) trabalhadores e trabalhadoras de sete Estados brasileiros e o Distrito Federal, pertencentes a diversos setores produtivos, com mais de um ano de experiência laboral sob esse regime de trabalho, com idade entre 18 a 59 anos e a maioria dos respondentes era compostas por mulheres.

De conformidade com os dados relacionados a afastamentos por adoecimento, acidentes e outros agravos expressos no aumento de sintomas como estresse, ansiedade e esgotamento. Assim, o artigo evidencia como a intensificação da jornada e a redução do tempo de descanso impactam diretamente as condições de vida e saúde de trabalhadoras e trabalhadores, reforçando a compreensão de que a luta pela redução da jornada de trabalho sem redução de salário é um eixo estruturante de promoção da saúde nos ambientes de trabalho.

Complementando essa análise, estudos recentes, como os de Pinheiro, Menezes e Leone (2025), apontam que a manutenção de jornadas extensas está associada a impactos psicossociais significativos, incluindo estresse, exaustão e sofrimento psíquico. Esses efeitos demonstram que a escala 6x1 ultrapassa a dimensão organizacional, se configurando como um problema social que afeta múltiplas esferas da vida dos indivíduos.

Diante disso, faz-se possível compreender a escala 6x1 como uma expressão concreta das formas contemporâneas de exploração e não apenas como uma prática de organização do

trabalho, assim evidenciando os limites entre legalidade e justiça social. Essas evidências resultam em relevantes implicações teóricas e práticas para o campo da Psicologia Organizacional e do Trabalho.

4.3 Entre crítica e transformação: perspectivas de superação da lógica exploratória

A crítica às formas contemporâneas de exploração do trabalho tem impulsionado o debate sobre a necessidade de transformação das condições laborais, especialmente no que se refere à organização da jornada de trabalho. Nesse cenário, a redução da jornada sobressai como uma das principais estratégias para o enfrentamento da precarização e para a promoção de condições mais dignas para os trabalhadores (Tessarini Junior; Saltorato, 2022).

A diminuição do tempo de trabalho não se limita a uma questão econômica, mas envolve dimensões sociais, políticas e de saúde, ao possibilitar maior equilíbrio entre vida pessoal e profissional, além de contribuir para a melhoria do bem-estar físico e mental (Souza; Guarani; March, 2025). Tal perspectiva rompe com a lógica produtivista predominante, ao reconhecer o trabalhador como um sujeito de direitos e apenas como um recurso produtivo.

Além disso, Pinheiro, Meneses e Leone (2025) apontam que o debate sobre o fim da escala 6x1 se insere em uma agenda mais ampla de defesa dos direitos trabalhistas e da promoção da qualidade de vida. Para os autores, a redução da jornada de trabalho pode representar não apenas um avanço social, mas também uma estratégia de enfrentamento às formas contemporâneas de exploração. No entanto, a implementação dessas mudanças enfrenta resistência, especialmente por parte dos setores que associam a redução da jornada à diminuição da produtividade e ao aumento dos custos, além da alegação de abertura para desemprego em massa. Essa tensão revela os desafios intrínsecos na conciliação entre desenvolvimento econômico e justiça social, evidenciando a necessidade de revisão dos modelos atuais de organização do trabalho.

Tais achados dialogam com Souza, Guarani e March (2025), que problematizam a centralidade do trabalho na vida contemporânea, questionando a possibilidade de existência de uma vida para além do trabalho em contextos de jornadas extensas.

Ademais, a superação de práticas como a escala 6x1 exige não apenas alterações normativas, mas também uma mudança na forma como o trabalho é socialmente compreendido. Isso implica questionar a centralidade da produtividade como valor absoluto e promover uma concepção de trabalho orientada pela dignidade humana.

A flexibilização com vista à redução da jornada de trabalho tem sido uma pauta constante nas reformas legislativas na seara laboral. Nesse sentido, o estudo de Ribeiro (2025) busca descrever as especificidades do modelo de trabalho na sociedade contemporânea capitalista e cada vez mais neoliberal, destacando a precarização e a busca pelo fim da escala 6x1 como necessidade de justiça social. A pautas das discussões da autora é fundamentada nas teorias de Marx e em interpretações atuais sobre a alienação e precarização do trabalho, bem como na relação intrínseca entre o Capital e a intensificação das jornadas de trabalho.

No que concerne às perspectivas de superação da lógica exploratória e o fim da escala 6x1, a autora descreve o movimento VAT (Vida Além do Trabalho) como sendo uma iniciativa social brasileira instaurada por Ricardo Cardoso Azevedo (Rick Azevedo) e impulsionada nas redes sociais, que clama pelo fim da escala de trabalho 6x1 (seis dias de trabalho para um de descanso) e a redução da jornada semanal de trabalho. Nas palavras de Ribeiro:

O movimento VAT revela como as redes sociais e a mobilização coletiva são usadas como ferramentas para articular a resistência contra a exploração trabalhista, demonstrando uma nova via de participação popular e luta por direitos trabalhistas na era digital, e apesar das inovações e tecnologias auxiliarem no processo de conscientização da maior quantidade possível de pessoas, não devemos deixar que a individualidade proposta pelo neoliberalismo na contemporaneidade globalizada apague rápida e violentamente essa chama de esperança por uma classe unida na luta por seus direitos. Uma ideia deve sempre estar presente nessa luta contra a classe dominante, e é da coletividade, e não individualização. Apenas unida a classe trabalhadora causará mudanças estruturais (2025, pp. 465-466).

O movimento VAT continua a organizar debates e campanhas de rua. Com o apoio de políticos e a crescente aceitação da discussão sobre o trabalho, o movimento se posiciona como um dos principais fatores de pressão por reformas trabalhistas no Brasil em 2026, sustentado na ideia de que a defesa e a ampliação dos direitos trabalhistas se mostram fundamentais para o enfrentamento e resistência às novas configurações de escravidão na modernidade, reafirmando o trabalho como um direito social e não como mera mercadoria. Tal perspectiva implica reconhecer que as conquistas históricas no campo laboral resultam de lutas sociais que são essenciais para a construção de condições mais justas e humanas de trabalho na contemporaneidade.

Assim, as perspectivas de transformação apontam para a construção de modelos laborais mais justos e equilibrados, nos quais o bem-estar dos trabalhadores seja considerado elemento fundamental. Nesse aspecto, o debate sobre o fim de escala 6x1 insere-se em um movimento mais amplo de enfrentamento às formas contemporâneas de exploração, reafirmando a importância da promoção do trabalho digno (Organização Internacional do Trabalho, 2023).

Dessa forma, a análise integrada dos estudos revela que há uma linha de continuidade entre a escravidão moderna e as atuais configurações da jornada de trabalho, especialmente quando estas implicam sobrecarga, adoecimento e limitação da autonomia do trabalhador. Embora juridicamente distintas, tais práticas compartilham elementos comuns, como a intensificação da exploração e a subordinação das necessidades humanas às exigências do capital.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A análise empreendida neste artigo permitiu compreender que a escravidão moderna não se define como uma reminiscência do passado, mas como uma expressão atualizada das contradições próprias do modo de produção capitalista. Sob novas roupagens e reconfigurações a exploração da força de trabalho mantém-se estruturante, especialmente em contextos marcados pela flexibilização das relações laborais e pela fragilização dos direitos sociais. A escala de trabalho 6x1, nesse cenário, revela-se como um mecanismo que intensifica a exploração dos trabalhadores e seus impactos extrapolam a dimensão econômica, incidindo diretamente sobre a saúde mental, as relações sociais e a qualidade de vida, o que a aproxima de práticas que, embora não legalmente reconhecidas como escravidão, compartilham de sua lógica de controle e dominação.

Ademais, evidenciou-se que tais formas de exploração são sustentadas por discursos que naturalizam a precarização e responsabilizam individualmente os sujeitos por sua inserção e permanência no mercado de trabalho, obscurecendo os determinantes estruturais dessas condições. Daí a importância de fortalecer o debate público acerca da redução da jornada de trabalho, da regulamentação rigorosa das condições laborais e da ampliação das políticas de proteção social que não apenas tensionem a lógica de exploração vigente, mas também afirmem o trabalho como dimensão central da dignidade humana.

Por fim, destaca-se a importância de novas pesquisas que aprofundem a relação entre organização do trabalho e saúde mental, especialmente em contextos de intensificação produtiva, contribuindo para a construção de práticas e políticas comprometidas com a emancipação dos trabalhadores.

REFERÊNCIAS

ANTUNES, Ricardo. **O privilégio da servidão**: o novo proletariado de serviços na era digital. São Paulo: Boitempo, 2018.

ARAÚJO, B.F.S. Capital-Trabalho e a escravidão contemporânea: a exploração da força de trabalho e o processo de expansão do capital. In: COELHO, A. C. M.; ALMEIDA, F. A. (Org). **Direito E Políticas Públicas: desafios, perspectivas e possibilidades**. São Paulo: Editora Científica Digital, 2022.

BRASIL. **Constituição Federal de 1988**. Constituição da República Federativa do Brasil de 1988. Brasília, DF: Senado Federal, 1988.

BRASIL. Ministério do Trabalho e Emprego. **Trabalho análogo à escravidão no Brasil: conceitos e legislação**. Brasília: MTE, 2011.

DEJOURS, Christophe. **A loucura do trabalho: estudo de psicopatologia do trabalho**. 5. ed. São Paulo: Cortez, 1992.

DO NASCIMENTO, C. F.; DE MEDEIROS, V. P. Análise da jornada 12x36horas: a flexibilização e os impactos à saúde do trabalhador. **Research, Society and Development**, vol. 12, n 1, p.e0412139356-e0412139356, 2023. <https://doi.org/10.33448/rsd-v12i1.39356>

GIL, A. C. **Como elaborar projetos de pesquisa**. (5a ed.), Atlas, 2010.

GREGOLIN, M. R. V. **A análise do discurso: conceitos e aplicações**. **Alfa**, v. 39. p.13-21, São Paulo, SP, 1995.

LEITE, F.T. **Metodologia Científica: métodos e técnicas de pesquisa: monografias, dissertações, teses e livros**. 4ª Ed. Aparecida-SP: Editora Ideias e Letras, 2015.

Marconi, M. A., & Lakatos, E. M. Técnicas de pesquisa. (9a ed.). Atlas. (cap. 1, pp. 14- 18). 2021.

MARX, Karl. **O Capital: Crítica da economia política**. Livro I: O processo de produção do capital. Trad. Rubens Enderle. São Paulo: Boitempo, 2013.

ORGANIZAÇÃO INTERNACIONAL DO TRABALHO (Organização Internacional do Trabalho). **Trabalho decente**. Genebra: OIT, 1999. Disponível em:[<https://www.ilo.org>] (<https://www.ilo.org>). Acesso em: 25 abr. 2026.

RIBEIRO, L. C. G. (2025). O Modelo De Trabalho Contemporâneo E A Luta Pelo Fim Da Escala 6x1. *Revista Ibero-Americana De Humanidades, Ciências E Educação*, 11(10), 449–467. <https://doi.org/10.51891/rease.v11i10.21296>

RODRIGUES, F. S.; LUNKES, G. H. S.; SANTOS, T. M. Impactos da Escala de Trabalho 6X1 na Saúde Mental dos Trabalhadores Brasileiros. **Revista Tópicos**, Rio de Janeiro, v. 4, n. 32, p. 1-22, 2026. ISSN: 2965-6672.

SILVA, I. C. da, Santos, L. da S., Vaz, R. F. de P., & Gonçalves, J. P. B. (2025). ESCRAVIDÃO MODERNA NO BRASIL. **Revista DCS**, 22(84), e3148. <https://doi.org/10.54899/dcs.v22i84.3148>



SILVA DE OLIVEIRA, Larissa, Paulo Roberto Silva, y Rafael Fernandes de Mesquita. 2020. «De Volta Para O Futuro? A Escravidão Contemporânea E A Precarização Das Relações De Trabalho». **Revista Inclusiones** 8 (1):358-73.

<https://www.revistainclusiones.org/index.php/inclu/article/view/204>.

TESSARINI JUNIOR, Geraldo; SALTORATO, Patrícia. Redução da Jornada de Trabalho como Instrumento Político, de Gestão e de Controle. **Revista Organizações & Sociedade**, 2022, 29(103), 740-765. Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/osoc/a/hjTJCfgg3f7dgxrQRfcgJfS/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 20 de abril. 2026.