XI SEMANA ACADÊMICA
01 à 03 de Junho
A Sociedade do cansaço:
SAÚDE MENTAL E A CULTURA DO DESEMPENHO NA ERA DIGITAL
FACULDADE VIDAL

ANÁLISE CRÍTICA DA LUTA PELO FIM DA ESCALA 6X1: UMA NOVA ETAPA HISTÓRICA NA LUTA POR DIREITOS TRABALHISTAS NO BRASIL

Douglas Diógenes Holanda de Souza[1]

RESUMO

O presente trabalho tem por objetivo descrever e analisar criticamente a luta pelo fim da escala de trabalho 6x1 como um processo histórico e político determinante na trajetória dos direitos trabalhistas no Brasil. Por meio de revisão bibliográfica fundamentada em referenciais teóricos das ciências sociais, do direito do trabalho e da teoria crítica, o texto percorre três eixos analíticos: a contextualização histórica das lutas trabalhistas no Brasil desde a Era Vargas; a caracterização jurídica e social da escala 6x1 e sua proposta de extinção; e a articulação entre essa pauta contemporânea e as transformações estruturais do capitalismo neoliberal. Os resultados apontam que a mobilização em torno do fim da escala 6x1 representa não apenas uma demanda pontual, mas uma expressão atualizada e significativa da luta coletiva dos trabalhadores por dignidade, saúde e equilíbrio entre vida e trabalho.
.

PALAVRAS-CHAVE: ESCALA 6X1. DIREITOS TRABALHISTAS. CAPITALISMO NEOLIBERAL. LUTA DOS TRABALHADORES. JORNADA DE TRABALHO**.**

INTRODUÇÃO

Este trabalho intitulado "Análise crítica da luta pelo fim da escala 6x1: uma nova etapa histórica na luta por direitos trabalhistas no Brasil" investiga, sob uma perspectiva histórica, política e teórica, o significado da mobilização contemporânea dos trabalhadores brasileiros contra o regime de trabalho 6x1, aquele pelo qual o trabalhador cumpre seis dias consecutivos de atividade para cada dia de descanso. O trabalho parte da premissa de que essa luta não pode ser lida como uma demanda isolada ou estritamente técnico-jurídica, mas

[1] Advogado, bacharel em Direito pela UFERSA e mestre em Educação e Ensino pela Universidade Estadual do Ceará. E-mail: douglasdiogenes144@gmail.com

deve ser compreendida como expressão atualizada e estruturalmente determinada de um conflito histórico mais amplo entre capital e trabalho, que atravessa toda a formação social brasileira desde o início do século XX.

A questão central que orienta a pesquisa é: em que medida a luta pelo fim da escala 6x1 constitui um novo processo histórico e político determinante para a trajetória dos direitos trabalhistas no Brasil? Para responder a essa questão, o artigo adota metodologia de revisão bibliográfica, articulando referenciais da teoria social crítica, com destaque para Marx, e Harvey, do direito constitucional e do trabalho, e de relatórios de organismos internacionais como a Organização Internacional do Trabalho (OIT) e a Organização Mundial da Saúde (OMS). A escolha metodológica reflete a convicção, sustentada em Moraes (2021), de que a interpretação de uma norma jurídica não pode prescindir das circunstâncias históricas, políticas e ideológicas que caracterizam o momento de sua aplicação.

O texto está organizado em três eixos analíticos principais, que correspondem às seções de desenvolvimento do artigo: a contextualização histórica das lutas trabalhistas no Brasil desde a Era Vargas; a caracterização jurídica, sanitária e econômica da proposta de extinção da escala 6x1; e a análise da luta atual como novo processo histórico no contexto do capitalismo neoliberal. Esses três eixos são precedidos por uma introdução que delimita o objeto e a metodologia, e seguidos de considerações finais que sintetizam os achados e apontam para a relevância política do fenômeno estudado.

METODOLOGIA

O presente trabalho adota como procedimento metodológico a pesquisa bibliográfica de natureza qualitativa, com abordagem crítico-dialética, voltada à análise do fenômeno da luta pelo fim da escala 6x1 como processo histórico e político estruturante da trajetória dos direitos trabalhistas no Brasil. O levantamento do corpus teórico foi realizado a partir da seleção criteriosa de obras das ciências sociais, da teoria crítica marxista, do direito constitucional e do trabalho, bem como de relatórios técnicos produzidos por organismos internacionais de reconhecida autoridade científica, como a Organização Internacional do Trabalho e a Organização Mundial da Saúde. A análise dos materiais seguiu o método dialético, buscando identificar as contradições, mediações e determinações históricas que configuram o objeto de estudo, de modo a superar leituras superficiais ou meramente descritivas do fenômeno. A opção pela revisão bibliográfica justifica-se pela natureza do problema investigado: trata-se de um objeto que exige, antes de qualquer empiria imediata, uma densa reconstrução teórica e histórica capaz de revelar as conexões entre as dimensões

jurídica, econômica, política e subjetiva que atravessam a luta dos trabalhadores por melhores condições de trabalho no contexto do capitalismo neoliberal contemporâneo.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

O primeiro eixo analítico do trabalho situa historicamente as condições de emergência tanto dos direitos trabalhistas no Brasil quanto do próprio regime de trabalho 6x1. O argumento central aqui é que a regulamentação do trabalho no Brasil não emergiu de uma concessão espontânea das elites, mas de um processo histórico profundamente contraditório, atravessado por mobilizações populares, pressões internacionais e interesses políticos de distintas frações da classe dominante.

Biavaschi (2005) fornece o ponto de partida cronológico: é entre 1930 e 1942, durante o governo Vargas, que se pode falar propriamente na construção do sujeito de direitos trabalhistas no Brasil. A criação do Ministério do Trabalho e a promulgação da Consolidação das Leis do Trabalho em 1943 estabeleceram o arcabouço normativo que, pela primeira vez, regulou de modo sistemático as relações laborais no país. Foi precisamente nesse contexto que se inscreveu, em bases jurídicas, a garantia de um dia de repouso semanal remunerado para cada seis dias de trabalho efetivo, origem legal do que viria a ser chamado de escala 6x1. O trabalho sublinha que compreender essa origem é fundamental: a escala 6x1 não surgiu do vazio, mas de um momento histórico muito específico, marcado pelo modelo fordista de produção e por uma concepção de trabalhador ainda amplamente apartada do campo da cidadania plena.

A isso se acrescenta a contribuição de Marx (1996), segundo a qual a dominação capitalista sobre o trabalho não se sustenta apenas pela coação direta ou pela carência econômica pontual. Com o amadurecimento do modo de produção, os próprios processos de socialização dos trabalhadores, permeados pela educação, pelos costumes e pela tradição, os levam a assimilar as exigências do capital como leis naturais e incontestáveis. Esse mecanismo de naturalização explica, em parte, por que a escala 6x1, apesar de seus efeitos documentados sobre a saúde e a qualidade de vida dos trabalhadores, persistiu por mais de oito décadas sem enfrentar oposição institucional consistente.

Destaca-se ainda que a Constituição Federal de 1988 representou um marco civilizatório nessa trajetória, ao constitucionalizar um extenso rol de direitos sociais e trabalhistas e afirmar a dignidade da pessoa humana e o valor social do trabalho como fundamentos da República. Nesse quadro, Bandeira de Mello (2001) fornece o fundamento para uma crítica jurídica à manutenção da escala 6x1: o princípio da isonomia não é uma norma meramente formal, mas carrega conteúdo político e ideológico que obriga o ordenamento jurídico a

assegurar, por meio da lei, condições de tratamento equitativo a todos os membros da coletividade. Regimes de trabalho que perpetuam desigualdades estruturais e comprometem a saúde dos trabalhadores contradizem, portanto, não apenas a letra, mas o espírito do constitucionalismo social brasileiro.

O segundo eixo do trabalho desce ao exame dos fundamentos concretos que sustentam a proposta de extinção da escala 6x1, percorrendo as dimensões jurídica, de saúde pública e econômica do debate. O argumento articulado nessa seção é que a proposta não se configura como demanda utópica ou antieconomia, mas está solidamente ancorada em evidências empíricas, em princípios constitucionais e em padrões internacionais de proteção ao trabalho. Do ponto de vista jurídico, Sousa e Gurgel (2025) concluem que o regime 6x1, no contexto brasileiro, engendra tensões jurídicas objetivas e impactos sociais quantificáveis que tornam imperativa a formulação de soluções normativas capazes de assegurar proteção efetiva aos trabalhadores. Essa conclusão é reforçada por Lage Júnior (2025), que demonstra a incompatibilidade crescente entre esse regime e os padrões constitucionais e internacionais de proteção à dignidade do trabalhador.

No plano da saúde pública, as evidências acumuladas são contundentes. A OMS e a OIT (2021), em relatório conjunto de abrangência mundial, estabeleceram correlação direta entre jornadas de trabalho excessivamente extensas e a elevação das taxas de mortalidade e de incidência de doenças cardiovasculares, concluindo que a sobrecarga laboral constitui um problema de saúde pública global de magnitude que ultrapassa as decisões administrativas das organizações. Esse dado reposiciona a discussão sobre jornada de trabalho: ela deixa de ser uma questão estritamente econômica ou contratual para assumir caráter eminentemente público e coletivo.

O adoecimento mental dos trabalhadores é abordado com igual rigor. Dos Santos Sá, Gomes e Dantas (2023) identificaram que os transtornos mentais e comportamentais já se consolidaram como a terceira principal causa de concessão de benefícios previdenciários por incapacidade laborativa temporária no Brasil, com predominância de diagnósticos de depressão, transtornos de ansiedade e síndrome de burnout. A escala 6x1, ao privar sistematicamente o trabalhador do tempo necessário à recuperação psíquica e à manutenção de vínculos afetivos e comunitários, contribui diretamente para a produção desse quadro epidêmico. Nesse ponto, o trabalho recorre a Han (2017), cuja tese da "sociedade do cansaço" oferece uma chave interpretativa precisa: as sociedades contemporâneas migraram do modelo disciplinar clássico, fundado na obediência externa, para uma lógica do desempenho em que a pressão pela superação contínua dos próprios limites é incorporada pelo próprio sujeito. A escala 6x1, ao ser naturalizada como condição inevitável de determinados setores,

opera exatamente nessa lógica: o trabalhador tende a interiorizar a sobrecarga como responsabilidade individual, invisibilizando sua dimensão estrutural e sistêmica.

Por fim, no plano econômico, a OIT (2022) demonstrou que a transição para modelos mais flexíveis de organização do tempo de trabalho, com redução da jornada e políticas de equilíbrio entre vida pessoal e profissional, produz ganhos mensuráveis de produtividade, reduz as taxas de adoecimento e contribui para a sustentabilidade econômica de longo prazo. Esse achado desconstrói o principal argumento contrário à extinção da escala 6x1: a de que jornadas extensas seriam condição necessária de competitividade. Ao contrário, os dados internacionais indicam que proteção ao trabalhador e eficiência econômica se reforçam mutuamente.

O terceiro e mais denso eixo analítico do trabalho conecta a mobilização contemporânea contra a escala 6x1 às transformações estruturais do capitalismo nas últimas décadas, argumentando que esse movimento não pode ser compreendido fora do contexto da acumulação flexível e da hegemonia neoliberal. Harvey (1996) fornece o instrumental teórico central desta seção: a noção de acumulação flexível designa o regime produtivo pós-fordista, caracterizado pela reconfiguração dinâmica dos processos produtivos, das relações de emprego, dos mercados e das formas de consumo. Esse modelo aprofunda as assimetrias regionais e setoriais, impulsiona a expansão do setor de serviços e engendra a compressão espaço-temporal, tornando possível a propagação quase simultânea de decisões econômicas por territórios cada vez mais amplos. No Brasil, esse processo se deu de modo especialmente acelerado a partir dos anos 1990, com a adoção de políticas neoliberais que desregulamentaram o mercado de trabalho, flexibilizaram contratos e enfraqueceram os mecanismos de organização coletiva. A escala 6x1 consolidou-se, nesse cenário, como instrumento privilegiado de extração de mais-valia exatamente nos setores, comércio, saúde, segurança, serviços, que mais cresceram no contexto da acumulação flexível.

Marx (1989) já havia identificado a contradição fundamental que está na base dessa dinâmica: o trabalhador, ao mesmo tempo em que cria bens para o mercado, passa ele próprio a ser tratado como mercadoria, submetido às mesmas leis que regulam qualquer objeto de troca. A luta pelo fim da escala 6x1 é, sob essa perspectiva, uma luta pelo reconhecimento do trabalhador como sujeito de direitos, e não como insumo produtivo intercambiável. Martins (2001) complementa essa análise ao identificar as contradições internas do trabalho na modernidade: ele disciplina o tempo e confere identidade social ao sujeito, mas, simultaneamente, consome crescentemente sua disponibilidade temporal e o afasta dos vínculos familiares e comunitários, reduzindo a dimensão humana do trabalhador à sua

utilidade no sistema econômico. A escala 6x1 materializa essa redução em sua forma mais crua: seis dias de disponibilidade total ao capital, um dia de recuperação.

Destaca-se também a novidade das formas de organização que caracterizam esse movimento. A mobilização em torno do fim da escala 6x1 ganhou força expressiva por meio das redes sociais e de formas de ação coletiva que escapam aos modelos sindicais tradicionais. Ribeiro (2025) aponta que esse movimento se insere em uma perspectiva mais ampla de questionamento do modelo de trabalho contemporâneo, interrogando não apenas a duração da jornada, mas o próprio sentido do trabalho na vida humana. Essa dimensão existencial da pauta não a enfraquece, pelo contrário, revela sua profundidade e sua capacidade de mobilizar subjetividades que os modelos tradicionais de organização trabalhista raramente alcançavam.

CONCLUSÃO

A luta pelo fim da escala 6x1 constitui uma nova e significativa etapa histórica na trajetória dos direitos trabalhistas no Brasil. Ela articula, de modo coeso, as dimensões jurídica, histórica, política e humana do conflito capital-trabalho, atualizando-o para as condições específicas do capitalismo neoliberal contemporâneo. Esse processo evidencia algo politicamente importante: mesmo em um contexto de precarização e fragmentação das formas de organização coletiva, os trabalhadores brasileiros mantêm a capacidade de produzir agenda e mobilizar consciências.

Trata-se de um processo que merece ser analisado com a seriedade teórica que a história da luta pelos direitos trabalhistas exige, sem reduzi-lo a episódio passageiro ou demanda corporativa. Sua compreensão como processo histórico determinante é condição para que tanto a academia quanto a sociedade civil possam contribuir para a construção de respostas normativas à altura das necessidades humanas dos trabalhadores no Brasil, respostas que, como demonstram as evidências reunidas no trabalho, são ao mesmo tempo possíveis, necessárias e urgentes.

REFERÊNCIAS

BANDEIRA DE MELLO, Celso Antonio. **O conteúdo jurídico do princípio da igualdade**. 3. ed., 9. tiragem. São Paulo: Malheiros, 2001.

BIAVASCHI, Magda Barros. **O direito do trabalho no Brasil — 1930/1942**: a construção do sujeito de direitos trabalhistas. São Paulo, 2005.

DOS SANTOS SÁ, Brunna Victória; GOMES, Rebeca Soares; DANTAS, Rosa Amélia Andrade. **Incapacidade para o trabalho por transtornos mentais e do comportamento**

no INSS: uma análise temporal. *Perspectivas em Medicina Legal e Perícias Médicas*, v. 8, n. 1, 2023.

HAN, Byung-Chul. **Sociedade do cansaço**. Tradução de Enio Paulo Giachini. 2. ed. Petrópolis: Vozes, 2017.

HARVEY, David. **Condição pós-moderna**. 6. ed. São Paulo: Loyola, 1996.

INTERNATIONAL LABOUR ORGANIZATION (ILO). **Working time and work-life balance around the world**. Genève: International Labour Office, 2022. Disponível em: https://www.ilo.org/sites/default/files/wcmsp5/groups/public/@ed_protect/@protrav/@travail/documents/publication/wcms_864222.pdf. Acesso em: 17 out. 2025.

LAGE JÚNIOR, José Edson Procópio. **Além da escala 6x1: por uma jornada de trabalho digna e compatível com a proteção constitucional e internacional do trabalhador**. 2025. Artigo (Graduação em Direito) — Centro de Ciências Sociais Aplicadas, Universidade Federal do Rio Grande do Norte, Natal, 2025.

MARTINS, H. T. **Gestão de carreiras na era do conhecimento**. São Paulo: Qualitymark, 2001.

MARX, Karl. **Trabalho alienado e superação positiva da autoalienação humana**. In: FERNANDES, Florestan (ed.). *Marx/Engels: história*. v. 36. Grandes Cientistas Sociais. São Paulo: Ática, 1989. p. 146-181.

MARX, Karl. **O capital**. v. 2. São Paulo: Nova Cultural, 1996.

MORAES, Alexandre de. **Direito constitucional**. 37. ed. São Paulo: Atlas, 2021.

RIBEIRO, Lilian Cristina Gomes**. O modelo de trabalho contemporâneo e a luta pelo fim da escala 6x1.** *Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação — REASE*, São Paulo, v. 11, n. 10, p. 449-467, out. 2025. DOI: 10.51891/rease.v11i10.21296.

SOUSA, A. C. M. S. de; GURGEL, Yara Maria Pereira. A jornada 6x1 no contexto brasileiro: desafios jurídicos, impactos sociais e alternativas para a proteção ao trabalhador. **Revista Brasileira de Filosofia e História**, v. 14, n. 4, p. 2115-2125, 2025. DOI: 10.18378/rbfh.v14i4.11826.

WORLD HEALTH ORGANIZATION; INTERNATIONAL LABOUR ORGANIZATION. **WHO/ILO joint estimates of the work-related burden of disease and injury, 2000–2016**: Global Monitoring Report. Genève: WHO; ILO, 2021. Disponível em: https://www.who.int/publications/i/item/9789240034945. Acesso em: 21 set. 2025.