



UNIVERSIDADE FEDERAL DA PARAÍBA
CENTRO DE CIÊNCIAS JURÍDICAS - CCJ
DEPARTAMENTO DE CIÊNCIAS JURÍDICAS
CURSO DE DIREITO (UNIDADE SANTA RITA)
TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO

SANDERLI JOSÉ DA SILVA SEGUNDO

**JORNADA DE TRABALHO E SAÚDE DO TRABALHADOR: uma análise sobre a
percepção da escala 6x1 nas redes sociais**

SANTA RITA – PB

2026

SANDERLI JOSÉ DA SILVA SEGUNDO

JORNADA DE TRABALHO E SAÚDE DO TRABALHADOR: uma análise sobre a percepção da escala 6x1 nas redes sociais

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de Direito da Unidade Santa Rita, do Centro de Ciências Jurídicas da Universidade Federal da Paraíba, como exigência parcial para a obtenção do título de Bacharel(a) em Ciências Jurídicas.

Orientador(a): Dr. Arthur Bastos Rodrigues.

Catálogo na publicação
Seção de Catalogação e Classificação

S586j Silva Segundo, Sanderli José da.
Jornada de trabalho e saúde do trabalhador: uma
análise sobre a percepção da escala 6x1 nas redes
sociais / Sanderli José da Silva Segundo. - Santa Rita,
2026.
72 f. : il.

Orientação: Arthur Bastos Rodrigues.
TCC (Graduação) - UFPB/CCJ/DCJ-SANTA RITA.

1. Saúde do trabalhador. 2. Jornada de trabalho. 3.
Escala 6x1. 4. Análise de redes sociais. 5. Social
listening. I. Rodrigues, Arthur Bastos. II. Título.

UFPB/DCJ/CCJ-SANTARITA

CDU 34



UNIVERSIDADE FEDERAL DA PARAÍBA
CENTRO DE CIÊNCIAS JURÍDICAS
DIREÇÃO DO CENTRO
COORDENAÇÃO DE MONOGRAFIAS
DEPARTAMENTO DE CIÊNCIAS JURÍDICAS
DISCIPLINA: TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO



ATA DE DEFESA PÚBLICA DE TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO

Ao trigésimo primeiro dia do mês de Julho do ano de dois mil e vinte e seis, realizou-se a sessão de Defesa Pública do Trabalho de Conclusão do Curso de Direito intitulado “Jornada de trabalho e saúde do trabalhador: uma análise sobre a percepção da escala 6x1 nas redes sociais”, do(a) discente(a) SANDERLI JOSE DA SILVA SEGUNDO, sob orientação do(a) professor(a) Dr. Arthur Bastos Rodrigues. Após apresentação oral pelo(a) discente e a arguição dos membros avaliadores, a Banca Examinadora se reuniu reservadamente e decidiu emitir parecer favorável à APROVAÇÃO, de acordo com o art. 33, da Resolução CCGD/02/2013, com base na média final de 10,0 (DEZ). Após aprovada por todos os presentes, esta ata segue assinada pelos membros da Banca Examinadora.

Dr. Arthur Bastos Rodrigues



Documento assinado digitalmente

HUDSON SILVA DOS SANTOS

Data: 07/08/2026 01:00:36-0300

Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

Me. Hudson Silva dos Santos

Dr. Ronaldo Alencar dos Santos



Documento assinado digitalmente

RONALDO ALENCAR DOS SANTOS

Data: 07/08/2026 11:03:31-0300

Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

Dedico a Deus, pois é Senhor do universo e de toda matéria.
À Érika, amor, que dividiu o peso, caminhou lado a lado e celebrou cada passo.
A Nicolas e Sofia, preciosos tesouros.
Aos pais, Sanderli e Luciene, que plantaram e regaram essa conquista comigo.
A Piero, Lorena e Solange pelo compartilhamento dos dias.

Ao querido professor Prof. Renato de Almeida Oliveira Mucoucah, *in memoriam*.

AGRADECIMENTOS

Sou grato ao professor Arthur Bastos Rodrigues, meu orientador, pela confiança e companheirismo.

Serei eternamente admirador das professoras e dos professores do DCJ, que dedicam suas vidas à missão mais nobre da humanidade. Fiquei imensamente feliz em aprender com vocês e procurei aproveitar ao máximo o compartilhamento de conhecimento.

Em específico, agradeço aos professores que compuseram a banca examinadora e que se dispuseram a contribuir com esta pesquisa.

Não posso deixar de dizer obrigado ao professor Wagner Junqueira de Araújo, que me orientou por longos anos quando cursei Biblioteconomia e posteriormente o mestrado em Ciência da Informação pela Universidade Federal da Paraíba.

Agradeço à minha família, que constitui a origem, base e futuro e representa a parte mais prazerosa da existência.

Aos amigos e colegas de curso que proporcionaram uma convivência saudável no processo de aprendizado.

Sou grato a Deus por me permitir chegar até aqui.

“Tudo tem o seu tempo determinado e há tempo para todo o propósito debaixo do céu [...] tempo de plantar e tempo de arrancar o que se plantou [...] tempo de curar, [...] tempo de rir, tempo de prantear e tempo de dançar, [...] tempo de abraçar [...] tempo de amar”.

Rei Salomão em Eclesiastes capítulo 3.

“Viver e não ter a vergonha de ser feliz, cantar e cantar e cantar a beleza de ser um eterno aprendiz”.

Gonzaguinha em O Que É O Que É.

“A gente não quer só comida
A gente quer comida, diversão e arte
A gente não quer só comida
A gente quer saída para qualquer parte
A gente não quer só comida
A gente quer bebida, diversão, balé
A gente não quer só comida
A gente quer a vida como a vida quer”.

Titãs em Comida.

“Presumivelmente, o espírito do homem poderia ser elevado se ele fosse capaz de avaliar seu sombrio passado e analisar de forma ampla e objetiva os problemas atuais”.

Vannevar Bush em As we may think.

RESUMO

Ao se deparar com a recente mobilização social pelo fim da escala 6x1 da jornada de trabalho, a presente pesquisa objetivou ampliar a compreensão sobre a percepção da pauta nas redes sociais. Para tanto, estabeleceu como objetivo geral identificar narrativas e atores que influenciaram o debate sobre a redução da jornada de trabalho relacionada à saúde do trabalhador nas redes sociais nos primeiros cinco meses de 2026. O estudo se fundamentou em normas do Direito do Trabalho relativas à regulação da jornada de trabalho e utilizou relatos de lutas e reivindicações históricas ocorridas como exemplos de fontes materiais desse campo jurídico. Uma discussão referente às tensões entre o capital e o tempo necessário de descanso, o dano existencial e o tempo para o trabalhador vivenciar suas demandas físicas, mentais, sociais, políticas, culturais, familiares e espirituais compuseram um diálogo sobre o direito à saúde do trabalhador e as jornadas exaustivas. Em seguida, debateu-se o potencial dos ambientes digitais para a construção de propostas legislativas na contemporaneidade, como a PEC n. 8/2025, que foi influenciada pela viralização de um vídeo do ex-balconista de farmácia Rick Azevedo, atualmente vereador da cidade do Rio de Janeiro e fundador do Vida Além do Trabalho (VAT). Com esse aparato teórico, a pesquisa se valeu do método hipotético-dedutivo, em abordagem mista, com uso da técnica da Análise de Conteúdo para coletar e tratar dados de publicações nas redes que mencionaram a pauta da escala 6x1. A coleta foi efetivada com ferramenta de Social Listening, o Stilingue, e considerou as plataformas Instagram, X e Facebook no recorte temporal de 01 de janeiro de 2026 a 31 de maio de 2026. O volume total coletado foi de 147.733 publicações e, para categorizar os dados, foi extraída uma amostra qualitativa, que representou alto engajamento perante o volume total. Os resultados demonstraram ampla adesão positiva à proposta do fim da escala 6x1 sem redução salarial, com índice favorável à medida de 89% das publicações e 88% do engajamento. Economia e Saúde despontaram entre as principais temáticas, enquanto a deputada Érika Hilton (PSOL-SP), o presidente Lula, a Mídia Ninja e o deputado Nikolas Ferreira (PL-MG) estiveram entre os perfis mais influentes do debate. A pesquisa verificou que, os suportes para mobilizações trabalhistas adotaram novas tecnologias, os antigos panfletos impressos agora estão publicados em redes digitais, mas as demandas por “salário” e “jornada” continuam centrais nas reivindicações. Para os trabalhadores, dispor de tempo é dispor de vida.

Palavras-chave: Saúde do Trabalhador; Jornada de Trabalho; Escala 6x1; Análise de Redes Sociais; Social Listening.

ABSTRACT

Faced with the recent social mobilization to end the 6x1 work schedule, this research aimed to broaden the understanding of how this issue is perceived on social media. To this end, its general objective was to identify the narratives and actors that influenced the debate on the reduction of working hours related to occupational health on social media during the first five months of 2026. The study was based on Labor Law norms regarding the regulation of working hours and used accounts of historical struggles and demands as examples of material sources within this legal field. A discussion concerning the tensions between capital and the necessary rest time, existential damage, and the time required for workers to experience their physical, mental, social, political, cultural, family, and spiritual needs formed a dialogue about workers' right to health and exhausting work schedules. Next, the potential of digital environments for the construction of contemporary legislative proposals was debated, such as Proposed Constitutional Amendment (PEC) n. 8/2025, which was influenced by the viral video of former pharmacy clerk Rick Azevedo, currently a city councilor in Rio de Janeiro and founder of "Vida Além do Trabalho" (VAT), in english Life Beyond Work. With this theoretical framework, the research employed the hypothetical-deductive method in a mixed-methods approach, using Content Analysis to collect and process data from social media posts that mentioned the 6x1 schedule issue. Data collection was carried out using a Social Listening tool, Stilingue, and considered the platforms Instagram, X, and Facebook within the timeframe of January 01, 2026, to May 31, 2026. The total volume collected was 147,733 posts, and to categorize the data, a qualitative sample representing high engagement relative to the total volume was extracted. The results demonstrated broad positive support for the proposal to end the 6x1 schedule without a salary reduction, with a favorable index in 89% of the posts and 88% of the engagement. Economy and Health emerged as the main themes, while Congresswoman Érika Hilton (PSOL-SP), President Lula, Mídia Ninja, and Congressman Nikolas Ferreira (PL-MG) were among the most influential profiles in the debate. The research verified that the mediums for labor mobilizations have adopted new technologies. The old printed pamphlets are now published on digital networks, but the demands for "salary" and "working hours" remain central to the claims. For workers, having time means having a life.

Keywords: *Worker's Health; Working Hours; 6x1 Work Schedule; Social Media Analysis; Social Listening.*

LISTA DE FIGURAS

Figura 1 - Propostas na França do início do século XX.....	32
Figura 2 - Enquete da Câmara sobre a PEC n. 8/2025.....	40
Figura 3 - Enquete do Senado sobre a PEC n. 12/2026.....	43
Figura 4 - Configuração de busca no Radar do Stilingue.....	47
Figura 5 - Visualização de busca no Radar do Stilingue.....	48
Figura 6 - Visualização da Base de Dados Categorizada.....	50
Figura 7 - Manifestação no 1º de Maio de 2026.....	59
Figura 8 - Nuvem de Palavras Relacionadas à Temática Saúde.....	62

LISTA DE TABELAS

Tabela 1 - Fases do Direito do Trabalho no cenário mundial.....	17
Tabela 2 - Algumas normas e eventos relevantes sobre a jornada de trabalho no mundo entre 1800 e 1950.....	19
Tabela 3 - Algumas normas e eventos relevantes sobre a jornada de trabalho no Brasil entre 1789 e 1950.....	25
Tabela 4 - Principais flexibilizações da Reforma Trabalhista de 2017 que impactam a jornada do trabalhador.....	27
Tabela 5 - Cronologia do debate encampado pelo VAT que gerou a PEC.....	38
Tabela 6 - Os perfis que mais engajaram o debate.....	55
Tabela 7 - Publicações que ilustram as categorias.....	60

LISTA DE GRÁFICOS

Gráfico 1 - Linha do Tempo Geral.....	52
Gráfico 2 - Linha do Tempo de Maio.....	53
Gráfico 3 - Termos de demandas mais frequentes no debate para justificar o fim da escala 6x1.....	54
Gráfico 4 - Sentimento do cenário por volume e engajamento.....	56
Gráfico 5 - Temas mais recorrentes no debate.....	57
Gráfico 6 - Subtópicos que compõem a argumentação.....	60

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

CCJC Comissão de Constituição e Justiça e de Cidadania

CCJ Comissão de Constituição e Justiça

CESIT Centro de Estudos Sindicais e Economia do Trabalho

CGT Confédération Générale du Travail

CLT Consolidação das Leis do Trabalho

CNI Confederação Nacional da Indústria

OMS Organização Mundial da Saúde

OIT Organização Internacional do Trabalho

PDT Partido Democrático Trabalhista

PEC Proposta de Emenda Constitucional

PIB Produto Interno Bruto

PL Partido Liberal

PL Projeto de Lei

PSOL Partido Socialismo e Liberdade

PT Partido dos Trabalhadores

VAT Vida Além do Trabalho

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO.....	14
2 DIREITO DO TRABALHO: ACONTECIMENTOS QUE MARCARAM A REGULAÇÃO DA JORNADA NO BRASIL.....	17
2.1 Fases do Direito do Trabalho no Mundo: o contexto para tratar do Brasil	17
2.2 Fases do Direito do Trabalho no Brasil e a Regulação da Jornada.....	20
3 JORNADA E SAÚDE DO TRABALHADOR.....	29
3.1 Exploração da Força de Trabalho e a Tensão entre o Capital e o Tempo de Descanso.....	29
3.2 Tempo de Descanso e o Direito à Saúde.....	31
4 A INFLUÊNCIA DAS REDES SOCIAIS NA PROPOSITURA DA PEC N. 8/2025.....	37
4.1 PEC N. 8/2025: uma proposta provocada pelas redes.....	38
4.2 PEC N. 12/2026: uma proposta para o trabalho flexível.....	42
5 PERCEPÇÕES DA ESCALA 6X1 NAS REDES SOCIAIS.....	44
5.1. Análise de Conteúdo.....	45
5.2 Pré-organização da análise.....	46
5.2.1 Autorização de uso e estabelecimento de query.....	46
5.2.2 Configuração de busca em mar aberto.....	47
5.2.3 Visualização e extração do resultado da busca.....	48
5.3 A codificação.....	49
5.4 A categorização.....	50
5.5 Análise e discussão dos dados da coleta total.....	52
5.6 Análise e discussão dos dados da amostra.....	54
6 CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	64
REFERÊNCIAS.....	67

1 INTRODUÇÃO

O presente trabalho pretende ampliar a compreensão acerca de atores e narrativas envolvendo a relação da jornada de trabalho sobre a saúde do trabalhador no Brasil. Para tanto, optou-se por analisar o debate nas redes sociais relativo à proposta de fim da escala 6x1, com o intuito de verificar a percepção de usuários, políticos, veículos de comunicação e entidades por meio da conversação entre perfis públicos.

A discussão se tornou acentuada em 2023, depois que o então balconista de farmácia Rick Azevedo reclamou da escala 6x1 no TikTok. O vídeo¹ viralizou, Azevedo criou o movimento Vida Além do Trabalho (VAT) no mesmo ano e, em 2024, ganhou eleição para o cargo de vereador da cidade do Rio de Janeiro (RJ) pelo Partido Socialismo e Liberdade (PSOL). A mobilização serviu de insumo para que a deputada federal Érika Hilton (PSOL-SP) protocolasse na Câmara dos Deputados, em fevereiro de 2025, junto a outros parlamentares, a Proposta de Emenda Constitucional (PEC) n. 8 de 2025, que prevê nova redação ao inciso XIII, do artigo 7º da Constituição Federal, propondo a redução da jornada para quatro dias por semana no Brasil. Entre as justificativas apontadas na PEC, estão a necessidade de conceder maior tempo de descanso para que trabalhadores aumentem o convívio com familiares, busquem qualificação, cuidem da saúde, diminuam a exposição a acidentes de trabalho e desfrutem de melhor qualidade de vida.

Todavia, representantes do setor produtivo têm apontado efeitos potencialmente danosos ao cenário econômico, caso o fim da escala 6x1 seja aprovado: aumento dos custos operacionais, do desemprego e da inflação e recuo do Produto Interno Bruto (PIB). Em carta enviada ao Congresso Nacional, intitulada “Escala 6x1: o Brasil precisa de mais competitividade, não de mais custos”, a Confederação Nacional da Indústria (CNI), na pessoa do presidente Antonio Ricardo Alvarez Alban, pediu aos parlamentares rejeição à proposta, argumentando que, além de afetar a geração de empregos, a mudança “terá impacto direto na competitividade do país” (CNI, 2026). O documento foi endossado por mais de 800 entidades.

¹ Link para o vídeo publicado por Rick Azevedo no TikTok em 2023:
<https://www.tiktok.com/@rickazevedo/video/7278273865241988358>

Diante da discussão apresentada, esta pesquisa justifica-se tanto por sua atualidade temática quanto pela possibilidade de contribuir para a compreensão das narrativas que compõem o debate nas redes sociais e as demandas expressas pela sociedade no ambiente digital. Também se fundamenta no interesse deste estudante, que possui uma trajetória acadêmica e profissional atenta aos dados, às redes sociais e aos efeitos da informação na sociedade. Após cursar a graduação em Biblioteconomia e o mestrado em Ciência da Informação, pela Universidade Federal da Paraíba, e a especialização em Comunicação e Marketing em Mídias Digitais, realizada na Faculdade Estácio, este estudante passou a desenvolver trabalhos profissionais na área do *Social Listening*, do monitoramento de redes sociais, compondo equipes estratégicas e produzindo relatórios que apuraram debates digitais nos mais diversos temas: política, governo, varejo, diplomacia internacional e outros.

A proposta é responder ao seguinte questionamento: quais narrativas e atores mais influenciaram o debate sobre a redução da escala 6x1 nas redes sociais entre janeiro e maio de 2026? Diante deste problema apresentado e baseado no método hipotético-dedutivo, formularam-se as principais hipóteses: (i) nas redes, o engajamento favorável à proposta superou o engajamento desfavorável; (ii) o segmento político alinhado ao Governo Federal vigente, os “governistas”, concentrou o maior volume de publicações; (iii) o termo “Saúde” figurou entre os três termos mais recorrentes do debate.

Para fundamentar o estudo, realizou-se uma pesquisa bibliográfica com autores e autoras que trataram da jornada de trabalho e da saúde do trabalhador. Além disso, foi feita uma Análise de Conteúdo para possibilitar a compreensão tanto do volume de dados quanto do teor da discussão.

O objetivo geral é o de identificar narrativas e atores que influenciaram o debate sobre a redução da jornada de trabalho nas redes sociais entre janeiro e maio de 2026.

Para alcançar tal intuito, os seguintes objetivos específicos foram sugeridos:

- a) Identificar os perfis mais influentes no debate por critério de engajamento;
- b) Identificar as categorias temáticas mais recorrentes utilizadas por apoiadores e contrários à proposta;
- c) Verificar conteúdos potencialmente desinformativos;

d) Identificar as principais demandas associadas à saúde do trabalhador.

Tendo em vista os objetivos específicos propostos e para compor o “tripé da pesquisa científica” indicado por Ximenes (2021), “problema, hipótese e marco teórico”, foram desenvolvidos por meio de revisão bibliográfica os seguintes capítulos: Capítulo 2, Direito do Trabalho: acontecimentos que marcaram a regulação da jornada no Brasil, apresenta um breve apanhado das fases deste ramo do direito no mundo e no solo brasileiro, com enfoque especial na jornada de trabalho; Capítulo 3, Jornada e Saúde do Trabalhador, estuda a associação entre jornada de trabalho e saúde do trabalhador, fundamentado no conceito amplo trazido pela Organização Mundial da Saúde, conforme o qual a saúde abrange o bem-estar físico, mental e social da pessoa humana; Capítulo 4, A Influência das Redes Sociais na Propositura da PEC n. 8/2025, discorre sobre o papel das redes sociais nas mobilizações da contemporaneidade e na capacidade de influenciar propostas legislativas; Por fim, o Capítulo 5, Percepções da Escala 6x1 nas Redes Sociais, descreve os procedimentos adotados, ancorados no método hipotético-dedutivo, o instrumento de coleta de dados utilizado, o Stilingue, que é uma ferramenta de *Social Listening*, ou Escuta Social, a aplicação da Análise de Conteúdo para tratar os dados e compreender o debate digital por meio das fases de pré-análise, codificação, categorização e análise e discussão dos dados.

2 DIREITO DO TRABALHO: ACONTECIMENTOS QUE MARCARAM A REGULAÇÃO DA JORNADA NO BRASIL

Segundo Leite (2026), o Direito do Trabalho como o conhecemos na contemporaneidade foi provocado por três causas principais: a econômica, com a Revolução Industrial; a política, com a transformação do Estado Liberal em Estado Social; e a jurídica, a partir da: “reivindicação dos trabalhadores no sentido de se implantar um sistema de direito destinado à proteção, como o direito de união, do qual resultou o sindicalismo” (Leite, 2026, p. 04). Além dos âmbitos econômico, político e jurídico, o autor também aponta a ideia de justiça social influenciada pelas Encíclicas *Rerum Novarum* e *Laborem Exercens* e pelo marxismo, que trata da “união do proletariado e a ascensão dos trabalhadores”. Martins (2026) afirma que o Direito do Trabalho surge para “limitar os abusos” do empregador sobre o empregado e para “modificar condições de trabalho”. Portanto, trata-se de: “contraposição à liberdade ou autonomia da vontade do Direito Civil, também com o objetivo de proteger o trabalho como a parte mais fraca da relação de emprego” (Martins, 2026, p. 08). Neste sentido, o nascimento do Direito do Trabalho é considerado uma reação para minimizar a precarização do trabalho, amplificada com o processo de industrialização iniciado no século XVIII.

2.1 Fases do Direito do Trabalho no Mundo: o contexto para tratar do Brasil

Delgado (2019) aponta que este ramo do Direito passou por quatro fases comumente aceitas na doutrina: formação, intensificação, consolidação e autonomia. A Tabela 1 a seguir apresenta cada fase em seus respectivos períodos:

Tabela 1 - Fases do Direito do Trabalho no cenário mundial.

Fases	Período	Descrição
1ª. Formação	1802 a 1848	“A fase da formação estende-se de 1802 a 1848, tendo seu momento inicial no <i>Peel's Act</i> , do início do século XIX na Inglaterra, que trata basicamente de normas protetivas de menores”.
2ª. Intensificação	1848 a 1890	“A segunda fase (da intensificação) situa-se entre 1848 e 1890, tendo como marcos iniciais o Manifesto Comunista de 1848 e, na França, os resultados da Revolução de 1848, como a instauração da liberdade de associação e a criação do Ministério do Trabalho”.

3ª. Consolidação	1890 a 1919	“A terceira fase (da consolidação) se estende de 1890 a 1919. Seus marcos iniciais são a Conferência de Berlim (1890), que reconheceu uma série de direitos trabalhistas, e a Encíclica Católica <i>Rerum Novarum</i> (1891), que também fez referência à necessidade de uma nova postura das classes dirigentes perante a chamada “questão social”.
4ª. Autonomia	1919 à atualidade	“A quarta e última fase, da autonomia do Direito do Trabalho, tem início em 1919, estendendo-se às décadas posteriores do século XX. Suas fronteiras iniciais estariam marcadas pela criação da OIT (1919) e pelas Constituições do México (1917) e da Alemanha (1919)”.

Fonte: tabulado a partir de Delgado (2019, p. 106).

Porém, Delgado (2019) propõe uma atualização às fases acima para dar conta de explicar um período recente de “reforma dos padrões justralhistas”. A primeira fase (1802 a 1848) seria intitulada de “Manifestações Incipientes ou Esparsas”, a segunda (1848 a 1919) de “Sistematização e Consolidação” e a terceira (1919 aos dias atuais) de “Institucionalização do Direito do Trabalho”, sendo esta impactada por um período que teria iniciado entre 1979 e 1980 denominado de “Crise e Transição do Direito do Trabalho”:

[...] Em torno de 1979/80, deflagra-se no Ocidente um processo de desestabilização e reforma dos padrões justralhistas até então imperantes (que produzirá mais fortes reflexos no Brasil em torno da década de 1990, recrudescendo a partir de 2016/2017). Trata-se da fase de crise e transição do Direito do Trabalho (Delgado, 2019, p. 107).

Em todas essas fases, as temáticas “jornada” e “salário” se tornaram centrais nas reivindicações e “lutas trabalhistas” que construíram o Direito do Trabalho (Delgado, 2019). Neste âmbito, para entender os acontecimentos que marcaram a regulação da jornada de trabalho no Brasil, é necessário olhar também para as inovações normativas que ocorreram no contexto internacional. Em dissertação acerca da jornada e do direito à saúde, Lima (2013) discorreu sobre normas e eventos que apresentaram limitações à jornada desde o século XIX. Parte dessas informações serviu de subsídio para a construção da Tabela 2 a seguir, que também se baseou em fatos descritos por Martins (2026):

Tabela 2 - Algumas normas e eventos relevantes sobre a jornada de trabalho no mundo entre 1800 e 1950.

Ano	Nome	País	Descrição
1802	<i>Lei de Peel / Health and Morals of Apprentices.</i>	Inglaterra	Limitou a jornada de menores para 12h diárias em fábricas.
1830	<i>Trade-Unions.</i>	Inglaterra	Associações que lutavam para estabelecer o limite diário de 8h.
1841	<i>Loi Relative au Travail des Enfants Employés dans les Manufactures, Usines ou Ateliers.</i>	França	Limitou em 8h diárias a jornada de crianças entre 8 e 12 anos e 12h para menores de 12 a 16 anos.
1848	Revolução Francesa.	França	Expôs demanda dos trabalhadores por 10h diárias.
1849	Lei das Dez Horas.	Inglaterra	Sancionada em 1847, a lei que fixava a jornada em 10h diárias teve aplicação prática em 1849.
1868	Lei das Oito Horas.	EUA	EUA limitaram em 8h diárias a jornada de empregados e operários federais.
1886	Greve Geral iniciada em 1º de maio.	EUA	Trabalhadores das indústrias pediram a limitação para 8h diárias das jornadas que chegavam às 17h. O movimento gerou o “Massacre de Haymarket”, em Chicago.
1889	Congresso da Segunda Internacional.	França	Estabeleceu o 1º de maio como dia de mobilização dos trabalhadores em memória da Greve Geral de Chicago.
1891	<i>Rerum Novarum e Laborem Exercens.</i>	Vaticano	Papa Leão XII defendeu limite à jornada de trabalho.
1917	Constituição do México.	México	Estabeleceu jornada de 8h diárias.
1919	Real Decreto de 3 de abril de 1919.	Espanha	Estabeleceu jornada de 8h diárias, após greve conhecida como “La Canadiense”.
1919	Convenção n. 1 da OIT.	Suíça	Organização Internacional do Trabalho estabeleceu 8h diárias e 48 semanais como modelo ideal.
1919	Lei das Oito Horas.	França	Limitou a jornada de trabalho em 8h diárias.
1948	Declaração Universal dos Direitos Humanos.	EUA	Trouxe no art. 24 que “todo ser humano tem direito a repouso e lazer, inclusive à limitação razoável das horas de trabalho e a férias remuneradas periódicas”.

Fonte: tabulado a partir de dados de Lima (2013) e Martins (2026).

Os episódios acima demonstram que o Direito do Trabalho é uma construção histórica que se modifica perante avanços tecnológicos, industriais e demandas sociais, mas mantém a “subordinação” do empregado ao empregador como objeto. Fundamentada nesta relação é que a presente pesquisa adota o conceito de Martins

(2026): “É o conjunto de princípios, regras e instituições atinentes à relação de trabalho subordinado e situações análogas, visando assegurar melhores condições de trabalho e sociais ao trabalhador” (Martins, 2026, p. 17). Partindo da premissa da subordinação, o tópico a seguir abordará a questão da regulação da jornada de trabalho brasileira, no contexto das fases do Direito do Trabalho discutidas acima.

2.2 Fases do Direito do Trabalho no Brasil e a Regulação da Jornada

O Brasil do século XIX ainda era marcado pela escravização. A capital do Império era a cidade do Rio de Janeiro, que, segundo o historiador Rafael Maul de Carvalho Costa (2014), em 1849, contava com uma população de 266.466 pessoas. Destas, 110.602 (42%) eram escravizadas e 155.864 (58%) livres. Número que começou a declinar após a aplicação de leis abolicionistas, como a Lei Eusébio de Queirós, de 1850. Entretanto, há uma crítica no campo jurídico contra correntes que consideram a “evolução” do Direito do Trabalho apenas após a Lei Áurea, mas ignoram ou minimizam as mobilizações anteriores.

Em artigo que discutiu o papel do trabalhador negro, o jurista Marcos Vinícius Lustosa Queiroz (2021) questionou a tentativa de apagamento das contribuições da população negra para o desenvolvimento das lutas e dinâmicas sociais e para a efetivação de mudanças históricas. A “República do Palmares”, por exemplo, um quilombo que teve o início da sua formação ainda no século XVI com a fuga de escravizados, entrou para a história como símbolo de organização dos negros e de produção e distribuição comunitária que frontalmente se opunham ao modo escravista (Queiroz, 2021). Em seu estudo, Queiroz (2021, p. 267) citou também as “insurreições na fazenda Santana”, na Bahia, entre os anos de 1789 a 1828, em que “escravizados reivindicaram uma série de garantias trabalhistas”.

Com a menção de Queiroz à rebelião acima, esta pesquisa procurou registro das reivindicações e achou o tratado proposto pelos escravizados² em 1789, que foi disponibilizado pelo repositório online do Projeto Impressões Rebeldes, da Universidade Federal Fluminense. Dentre as demandas apontadas, chamaram a atenção a primeira e a última, nas quais foram requeridas a diminuição da jornada

² Tratado proposto pelos escravizados ao Senhor Manuel da Silva Ferreira:
<https://www.historia.uff.br/impressoesrebeldes/2022/wp-content/uploads/2013/07/SAN1789.1-Tratado-proposto-por-escravos.pdf>

de trabalho para que os escravizados tivessem tempo de cuidar de seus próprios interesses. Também exigiram liberdade para gozar de momentos de descanso e de lazer:

Meu Senhor, nós queremos paz e não queremos guerra. Se meu Senhor também quiser nossa paz, há de ser nessa conformidade, se quiser estar pelo que nós quisermos, a saber. Em cada semana nos há de dar dois dias de sexta-feira e de sábado para trabalharmos para nós não tirando um desses dias por causa de dia de santo [...] Poderemos brincar, folgar e cantar em todos os tempos que quisermos sem que nos impeça e nem seja preciso licença (Escravizados da Fazenda Santana, 1789, *online*).

A exploração do trabalho de pessoas escravizadas ocorreu não apenas em atividades agrícolas e domésticas, mas na indústria, no artesanato, no comércio, em atividades de rua como vendedores, carregadores e cocheiros, na construção, na guerra do Brasil contra o Paraguai, que durou de 1864 a 1870, e em outras atividades. No contexto da cidade do Rio de Janeiro, em que desempenhavam funções similares às dos trabalhadores livres, os trabalhadores escravizados viam nas lutas de resistência e nas fugas formas de se impor contra o sistema escravagista (Costa, 2014).

O também historiador Marcelo Badaró Mattos (2009), em artigo sobre o fim da escravidão e a classe trabalhadora no Rio de Janeiro, conta que João de Mattos, um trabalhador livre que liderava movimento de trabalhadores de padarias que reclamavam das condições degradantes, dentre as quais jornadas exaustivas que podiam chegar a 18 horas diárias, as quais, no entendimento de João Mattos, faziam similaridade entre livres e escravizados, chamados por ele de “escravizados de fato” e “escravizados livres”. Em 1876, na cidade de Santos (SP), João de Mattos organizou um “levante” descrito como semelhante às greves brasileiras do início do século XX, que paralisou cinco padarias da cidade e aproveitou a situação para facilitar a fuga de trabalhadores escravizados com a confecção de falsas cartas de alforria. No ano seguinte, em 1877, mobilizou outro “levante” semelhante também bem-sucedido, que paralisou cerca de 12 padarias, desta vez na cidade de São Paulo. Ao chegar na cidade do Rio de Janeiro, em 1878, João Mattos criou o clandestino Bloco de Combate dos Empregadores em Padarias, conforme conta Badaró Mattos (2009):

O Bloco tinha sede, estatuto e um lema – Pelo pão e pela liberdade – mas precisava funcionar clandestinamente, escondido sob a fachada de um ‘curso de dança’. Afinal, como relata João de Mattos, não podiam ‘funcionar claramente, era um crime terrível guerrear a propriedade escrava’. O Bloco de Defesa chegou a reunir mais de 100 associados, organizou-se em quatro comissões, fez alguns levantes parciais e, em 1880, um novo levante geral, como o chamou João de Mattos. Os trabalhadores escravizados fugiram em direção à Barra do Piraí, com suas cartas de alforria forjadas (Mattos, 2009, p. 53).

Costa (2014) explica que esses movimentos de trabalhadores livres pró-abolicionistas mantinham relações com quilombos que acolhiam escravizados fugidos e se tornaram símbolos de resistência. Os livres que se insurgiram também foram chamados de “escravizados moralmente”, conceito que, segundo Costa (2014), teria primeiramente surgido em edição de 1867 do jornal *O Typographo*, conforme aponta Costa (2014). O periódico nasceu com a greve dos compositores tipógrafos de 1858, na qual trabalhadores livres reivindicaram melhoria salarial diante da dificuldade para comprar alimentos, pagar moradia, comprar roupas condizentes com a profissão e sustentar a família. A greve mobilizou cerca de 80 profissionais, paralisando as atividades dos três jornais diários do Rio de Janeiro: *Jornal do Commercio*, *Correio Mercantil* e *Diário do Rio de Janeiro* (Vitorino, 1999). Em registro revelado pelo historiador Artur José Renda Vitorino (1999), a primeira edição do jornal *O Typographo* divulgou a insatisfação dos trabalhadores não apenas com os baixos salários, mas com a jornada de trabalho, que era longa e não oferecia descanso remunerado, desta maneira, o trabalhador que descansava sofria desconto salarial:

Era impossível sofrer mais ao longo sacrifício de um senão prolongado, com um intenso calor, e isto efetivamente porque os dias queouvéssemos de descansar era a diminuição do que julgávamos insuficiente [...] Finalmente no dia 8 [de janeiro de 1858] pedimos mais 1\$ e sendo-nos negado, recusamos trabalhar (*O Typographo*, 1858 *apud* Vitorino, 1999, p. 74).

Ainda conforme o historiador Vitorino (1999), a fim de justificar a atitude dos trabalhadores grevistas ante as críticas de que teriam prejudicado atividades de interesse público, a Associação Tipográfica Fluminense enviou uma mensagem ao Imperador D. Pedro II, também publicada no jornal da categoria, na qual elencou motivações da paralisação, citou “privações dos gêneros de primeira necessidade”, em contraste aos “lucros fabulosos” das empresas, e reforçou a reclamação da falta de descanso de ao menos “um dia na semana”:

Uma mocidade que envelhece e morre sob o rigor de um trabalho quotidiano, que se não interrompe para dar-lhe descanso de um dia sequer em cada semana, no domingo, que a igreja manda guardar; uma mocidade que dia e noite trabalha para tirar tão caro o pão da subsistência; que querendo viver com honra e decência precisa à sua classe, solicita um pequeno aumento de 1\$ diários, porque não podia viver sem mais este auxílio; por certo que não deverá merecer o desprezo, a indiferença de empresas que contam lucros fabulosos, que impõem a seu bel prazer ao público os preços da sua usura (O Typographo, 1858 *apud* Vitorino, 1999, p. 77).

O contexto acima pré-abolicionista, discutido no início deste tópico, pretendeu trazer uma breve reflexão das mobilizações de trabalhadores livres e escravizados trabalhistas para agora tratar, com as devidas ressalvas, do recorte adotado por Delgado (2019), o qual considera a Lei Áurea de 1888 o “ponto de partida” para o Direito do Trabalho em território nacional, pois promoveu a relação de emprego com a abolição da escravatura. O autor aponta três fases que marcaram a consolidação. A primeira, chamada de “Manifestações Incipientes ou Esparsas”, ocorreu entre 1888 e 1930 e foi marcada pelo avanço da relação de emprego em São Paulo, então importante centro agrícola cafeeiro, mas que também experimentava, assim como o Rio de Janeiro, o crescimento industrial e do setor de serviços. Contexto este que fomentou o “surgimento assistemático e disperso de diplomas ou normas justralhistas” (Delgado, 2019, p. 127).

A segunda fase, de “Institucionalização do Direito do Trabalho”, entre 1930 e 1988, foi caracterizada por formar a base do modelo justralhista que influenciou o país em todo o século XX e que culminou na Consolidação das Leis do Trabalho (CLT), de 1943. Este período presenciou a ação intervencionista do Estado na área da administração federal, com a criação do Ministério do Trabalho, na formação da estrutura sindical, na formação de um sistema de solução judicial de conflitos trabalhistas, com as Comissões Mistas de Conciliação e Julgamento e posteriormente com a oficialização da Justiça do Trabalho, na criação do sistema previdenciário e na produção de legislação profissional e protetiva regulando temas como trabalho de menores, de mulheres, jornadas, férias e carteira de trabalho (Delgado, 2019).

Já a terceira fase, intitulada “Transição Democrática do Direito do Trabalho Brasileiro: a Constituição de 1988”, iniciada em 1988 e em vigor, segundo Delgado (2019), até os dias atuais, foi marcada pela superação do modelo corporativista da

segunda fase e trouxe inovações como a liberdade associativa e sindical, a autonomia da gestão sindical e incentivos à negociação coletiva. Houve ainda a ampliação e interiorização da Justiça do Trabalho e a expansão das estruturas e das atividades do Ministério Público do Trabalho. Além disso, a Carta Magna foi fundamentada no conceito de Estado Democrático de Direito, que, conforme Delgado (2019), tem em seu núcleo o Direito do Trabalho:

O Estado Democrático de Direito concebido pela nova Constituição funda-se em um inquebrantável tripé conceitual: a pessoa humana, com sua dignidade; a sociedade política, concebida como democrática e inclusiva; e a sociedade civil, também concebida como democrática e inclusiva. Ora, na conformação de todos os elementos desse tripé, [...] ostenta papel imprescindível o Direito do Trabalho (Delgado, 2019, p. 65).

Entretanto, foi também na terceira fase que o Brasil começou a perceber, na década de 1990, o fortalecimento de uma corrente pró-desregulamentação, que objetivou a redução de direitos e garantias trabalhistas. Corrente que voltou em 2016 a propor a agenda de flexibilização e conseguiu aprovar a Lei n. 13.467 de 2017, da chamada Reforma Trabalhista (Delgado, 2019).

Compreendido o contexto das fases do Direito do Trabalho no Brasil, é necessário se ater ao objetivo deste capítulo, que é tratar de marcos relativos à jornada de trabalho. As Constituições de 1824, época do Império, e de 1891, após transição para República, não apresentaram menções ou limitações à jornada de trabalho, conforme apontou Tebaldi (2012). O que fez com que trabalhadores buscassem paralisar as atividades como forma de demonstrar inconformismo com as longas horas que persistiam no cenário nacional, destoando da tendência internacional vista na Tabela 2. De acordo com Ferreira (2024, p. 365), no início do século XX: “a classe operária presenciava uma situação complexa, com jornadas de mais de 16 horas diárias, baixos salários e ambiente de trabalho muito precário, com constantes acidentes e fatalidades”. No entanto, greves como a de 1907 e a de 1917 em São Paulo, consideradas simbólicas nas reivindicações trabalhistas, requereram a diminuição da carga horária diária para oito horas. Segundo a historiadora Edilene Toledo (2017), os trabalhadores da fábrica de tecidos Rodolfo Crespi, apontados como principais motivadores da greve geral de 1917: “já trabalhavam 13 horas diárias, mas com o aumento da produção, estavam sendo obrigados a trabalhar até as 23 horas ou até a meia-noite” (Toledo, 2017, p. 502).

Antes de se tornar matéria constitucional, a jornada de trabalho passou pelas primeiras regulamentações por meio das normas da Tabela 3, que foi produzida com base em dados disponíveis na página do Centro de Memória Virtual do Tribunal Regional do Trabalho da 7ª Região³ e por Vitorino (1999), Badaró Mattos (2009), Dalle (2017) e Queiroz (2021):

Tabela 3 - Algumas normas e eventos relevantes sobre a jornada de trabalho no Brasil entre 1789 e 1950.

Ano	Nome	Descrição
1789 a 1828	Insurreições de negros escravizados na Fazenda Santana, na Bahia.	Reivindicaram tempo livre às sextas e aos sábados para trabalharem para si próprios e tempos de descanso e de lazer.
1858	Greve dos Compositores Tipógrafos.	Trabalhadores livres reivindicaram melhoria salarial e reclamaram da jornada de trabalho, que era longa e sem descanso.
1876 a 1878	Levantes e trabalhadores livres e escravizados de padarias.	Levantes organizados por João de Mattos que também reivindicaram limitação da jornada diária de trabalho.
1891	Decreto n. 1.313 de 17 de janeiro de 1891: estabeleceu providências para regularizar o trabalho dos menores empregados nas fábricas da Capital Federal (Rio de Janeiro).	Limitou em 3h diárias a jornada de menores de 8 a 10 anos e em 4h diárias os de 10 a 12 (art. 4º). Também limitou em 7h diárias a jornada de meninas de 12 a 15 anos e meninos de 12 a 14 anos. E limitou em 9h diárias a jornada de meninos de 14 a 15 anos (art. 4º).
1906	1º Congresso Operário Brasileiro, em abril de 1906.	A limitação da jornada em 8h diárias foi uma das principais pautas do Congresso.
1907	A Greve de 1907.	Em 1º de maio de 1907, trabalhadores de indústrias de São Paulo deram início a uma greve com a exigência das 8h diárias como a maior bandeira do movimento.
1911	Lei Municipal n. 1.350 de 31 de outubro de 1911.	Limitou em 12h diárias a jornada de trabalhadores do comércio do Rio de Janeiro e estabeleceu o domingo como dia de descanso.
1917	A Greve Geral de 1917.	Conhecida como a primeira greve geral operária, a mobilização reuniu cerca de 50 mil trabalhadores da indústria e do comércio, que, dentre outras demandas, pediam a limitação da jornada em 8h diárias.
1927	Código de Menores: Decreto n. 17.934-A de 12 de outubro de	Proibiu o trabalho de menores de 12 anos (art. 101) em âmbito nacional e limitou a jornada de

³ TRT da 7ª Região: Linha do Tempo “O Brasil, o Trabalho e a Legislação”:
https://memo.trt7.siabi.cloud/linha_do_tempo

	1927.	menores e aprendizes em 6h diárias (art. 108).
1932	Decreto n. 21.186 de 22 de março de 1932: regulou o horário para o trabalho no comércio.	Limitou em 8h diárias e 48h semanais a jornada de trabalhadores de estabelecimentos comerciais do Brasil (art. 1º). Limitou o trabalho noturno em 7h (art. 2º). Estabeleceu o domingo como dia de descanso e dispôs sobre a figura da escala 6x1: “a cada período de seis dias de ocupação efetiva corresponda um dia de descanso obrigatório” (art. 3º).
1932	Decreto n. 21.364 de 04 de maio de 1932: regulou o horário para o trabalho industrial.	Estendeu aos trabalhadores da indústria os mesmos limites previstos para os do comércio.
1934	Constituição de 1934.	Limitou em 8h diárias a jornada de trabalho.
1937	Constituição de 1937	Manteve a limitação das 8h diárias.
1943	Consolidação das Leis do Trabalho.	Trouxe a limitação constitucional das 8h diárias.
1946	Constituição de 1946.	Preservou a limitação das 8h diárias.

Fonte: tabulado a partir de dados coletados da página do TRT da 7ª Região e de Vitorino (1999), Badaró Mattos (2009), Dalle (2017) e Queiroz (2021).

A Constituição Federal de 1934 se tornou a primeira a tratar diretamente do tema, trazendo para a esfera constitucional o que foi oficializado nos dois decretos de 1932 especificados acima, ao limitar a jornada em oito horas diárias no seu art. 121, caput e alínea c:

Caput: a lei promoverá o amparo da produção e estabelecerá as condições do trabalho, na cidade e nos campos, tendo em vista a proteção social do trabalhador e os interesses econômicos do país. Alínea c: trabalho diário não excedente de oito horas, reduzível, mas só prorrogável nos casos previstos em lei (Brasil, 1934, art. 121, *online*).

Posteriormente, as demais constituições, de 1937, 1946, 1967 e 1988 trouxeram em seus textos a limitação proposta pela Carta de 1934, assim como a Consolidação das Leis do Trabalho (CLT), de 1943, que apresentou um capítulo específico referente ao tema: Capítulo II - Da Jornada de Trabalho. O texto tratou do regime de “trabalho normal” (art. 58) e determinou que a jornada do trabalhador não exceda as oito horas diárias, “desde que não seja fixado expressamente outro limite”. Além disso, regulou a possibilidade de horas extras (art. 59), “não excedentes de duas”, e previu as exceções (art. 61, § 2º) de que, havendo “necessidade imperiosa”, a duração do trabalho poderá exceder o limite legal ou

convencionado de oito horas para até 12 horas para “fazer face a motivo de força maior, seja para atender à realização ou conclusão de serviços inadiáveis ou cuja inexecução possa acarretar prejuízo manifesto”.

Porém, fundamentada no conceito de Estado Democrático de Direito, foi a Constituição de 1988 que diminuiu as 48 horas semanais para 44. Diante do aparato normativo construído em torno da limitação da carga horária, Delgado (2019, p. 171) considerou a Carta de 1988 como: “a mais relevante Carta de Direitos já escrita no País, firmando, pela primeira vez no âmbito constitucional, uma perspectiva coletiva e social na apreensão dos direitos e institutos considerados”. O art. 7º, inciso XIII, da atual Constituição, prevê que a jornada do trabalho normal: “não deve ser superior a oito horas diárias e quarenta e quatro semanais, facultada a compensação de horários e a redução da jornada, mediante acordo ou convenção coletiva de trabalho”.

Entretanto, a Reforma Trabalhista de 2017 buscou flexibilizar as relações de trabalho, num período político em que, segundo Delgado (2019, p. 122), o Brasil implantou reformas jurídicas com o intuito de alcançar o ideal “ultraliberalista” do Estado Mínimo e: “diminuir, significativamente, o valor-trabalho na economia e na sociedade e, em decorrência, o custo trabalhista para o poder econômico”. De maneira semelhante, Martins (2026) aponta que o “neoliberalismo” defende a regulação das relações trabalhistas pelas condições econômicas, sem intervenção estatal, porém a lógica desconsidera que o empregado é a parte hipossuficiente da relação.

Algumas mudanças, também chamadas de desburocratizações, buscaram minimizar a correlação entre o tempo e o trabalho, a jornada de trabalho e a saúde, conforme a Tabela 4 a seguir, em que tabularam-se apontamentos de Delgado (2019, p. 122):

Tabela 4 - Principais flexibilizações da Reforma Trabalhista de 2017 que impactam a jornada do trabalhador.

Objetivo	Descrição
Flexibilizar a correlação entre o tempo e o trabalho.	“a) exclusão do conceito de ‘tempo à disposição’ (novo texto do art. 4º, §§ 1º e 2º da CLT)”; “b) a eliminação das horas <i>in itinere</i> (novo texto do § 2º do art. 58 da CLT, com a revogação do § 3º desse mesmo preceito legal)”;

	“c) a desregulamentação e/ou flexibilização das regras concernentes à jornada de trabalho, em sentido menos favorável do que o anteriormente dominante”; “d) o incentivo legal à contratação autônoma, em contraponto à contratação empregatícia (novo art. 442-B da CLT)”; “e) a criação do ‘contrato de trabalho intermitente’, pelo qual se imagina a viabilidade formal e concreta da existência de um contrato empregatício até mesmo praticamente sem jornada e sem salário (art. 443, caput e § 3º, c./c. art. 452-A, caput e §§ 1º até 9º, todos da CLT)”.
Flexibilizar a correlação entre jornada de trabalho e saúde.	“a) permissão para a pactuação meramente bilateral da jornada de plantão 12 X 36 horas relativamente às situações que envolvam ambientes insalubres e perigosos, desde que situados no setor empresarial de saúde (novo art. 59-A, caput e parágrafo único, CLT)”; “b) a exclusão da natureza salarial dos intervalos trabalhistas (novo texto do § 4º do art. 71 da CLT)”; “c) a explícita exclusão das regras sobre duração do trabalho e intervalos trabalhistas do campo das normas de saúde, higiene e segurança do trabalho (novo art. 611-B, parágrafo único, CLT)”.

Fonte: tabulado a partir de Delgado (2019, p. 122).

Os dois tópicos principais da tabela acima, “flexibilizar a correlação entre o tempo e o trabalho” e “flexibilizar a correlação entre jornada de trabalho e saúde”, representaram retrocessos para trabalhadores, no que tange aos direitos conquistados ao longo do século XX, e que tensionaram a relação entre jornada de trabalho e saúde do trabalhador.

3 JORNADA E SAÚDE DO TRABALHADOR

Em 1946, a Constituição da Organização Mundial de Saúde apresentou o seguinte conceito de saúde: “Saúde é um estado de completo bem-estar físico, mental e social e não meramente a ausência de doença ou enfermidade” (OMS, 1946, p. 01, tradução nossa). Para Santos, Galleguillos e Trajano (2019), o amplo sentido integra dimensões diversas: física, psíquica, familiar, existencial, espiritual, social e cultural. Neste contexto, os autores acima entendem que a limitação da jornada de trabalho pode reduzir a exposição do trabalhador a fatores de risco:

A pausa é um importante fator de prevenção, uma vez que o descanso configura o tempo necessário para que haja recuperação da estrutura corpórea que foi superestimulada. Somente um estudo ergonômico pode precisar qual seria o tempo ideal de descanso, uma vez que as atividades são muito diversificadas e dinâmicas (Santos; Galleguillos; Trajano, 2019, p. 89).

Na Constituição brasileira de 1988, conforme o art. 194, o direito à saúde é dever do Estado, com a participação da sociedade no cumprimento, e a ordem social se baseia no “primado do trabalho” e tem por objetivo o “bem-estar” e a “justiça social”, conceitos que estão entrelaçados e dialogam com o direito à saúde (Delgado, 2019). Porém, esse conceito de saúde multidimensional, que envolve o bem-estar físico, mas também mental, e depende do tempo de descanso como elemento necessário para a própria existência do trabalhador, enfrenta dificuldades no âmbito da exploração do tempo do trabalhador, tema alvo dos estudos de Karl Marx, teórico apontado por Leite (2026) como influenciador da ideia de justiça social.

3.1 Exploração da Força de Trabalho e a Tensão entre o Capital e o Tempo de Descanso

No livro “O Capital: crítica da economia política”, publicado no século XIX, mas aqui utilizada a edição da editora Boitempo, de 2023, Marx dedicou a Seção III para tratar da “Produção do mais-valor absoluto”. Integrante desta seção, o capítulo 8 de O Capital se debruçou especificamente sobre o tema da jornada de trabalho. Para Marx, o processo de trabalho, visto de maneira simples, é orientado à produção de valor de uso, situação em que o ser humano “se apropria do elemento natural para a satisfação de necessidades”. Já na perspectiva do capitalista, que contrata a força de trabalho e disponibiliza os meios de produção, tanto o trabalhador quanto

os meios de produção precisam ser “controlados”, para evitar desperdícios de tempo e de matéria-prima e para otimizar a produção. Ao capitalista “pertence”, diz Marx (2023, p. 337), a força de trabalho paga, os meios de produção e o produto produzido pelo trabalhador, enquanto o trabalhador vende ao capitalista o valor de uso. Entretanto, o capitalista: “quer produzir não só um valor de uso, mas uma mercadoria; não só valor de uso, mas valor, e não só valor, mas também mais-valor” (Marx, 2023, p. 338). Para tanto, precisa produzir um valor de uso que tenha valor de troca, ou seja, um produto destinado a ser vendido.

Sob a ótica de O Capital, é incorporada à produção do valor de uso uma maneira de gerar mais-valor com a exploração da força de trabalho contratada, de modo que este mais-valor exceda o custo com a mão de obra e gere riqueza para o capitalista. Para exemplificar a teoria, Marx argumenta que a jornada de trabalho é dividida entre “tempo de trabalho necessário” e “tempo de trabalho excedente”. O primeiro se trata do período em que o trabalhador produz o equivalente ao seu salário, todo o período restante, chamado de excedente, é o período em que o trabalhador produz para o capitalista o mais-valor.

Como capitalista, ele é apenas capital personificado. Sua alma é a alma do capital. Mas o capital tem um único impulso vital, o impulso de se autovalorizar, de criar mais-valor, de absorver, com sua parte constante, que são os meios de produção, a maior quantidade possível de mais-trabalho. O capital é trabalho morto, que, como um vampiro, vive apenas da sucção de trabalho vivo, e vive tanto mais quanto mais trabalho vivo suga (Marx, 2023, p. 391).

A lógica do capital por geração de riquezas e pelo “impulso” constante de se “autovalorizar”, criar mais-valor e consumir mais-trabalho, pode alongar ou precarizar a jornada de trabalho e tem potencial para afetar a saúde do trabalhador, segundo Marx (2023, p. 427), pois não se importa com o tempo para o crescimento e o desenvolvimento pessoal do trabalhador, “rouba o tempo requerido para o consumo de ar puro e luz solar”, restringe ou consome o horário destinado às refeições e limita o tempo de sono porque:

O que lhe interessa é única e exclusivamente o máximo de força de trabalho que pode ser posta em movimento numa jornada de trabalho. Ele atinge esse objetivo por meio do encurtamento da duração da força de trabalho, como um agricultor ganancioso que obtém uma maior produtividade da terra roubando dela sua fertilidade (Marx, 2023, p. 428).

Entretanto, conforme Marx (2023), o trabalhador precisa de tempo de descanso tanto por questões de limitações e necessidades físicas, como se

alimentar, cuidar da própria higiene e da saúde, quanto para suprir necessidades intelectuais e sociais.

3.2 Tempo de Descanso e o Direito à Saúde

Vale relembrar, conforme exposto no capítulo 2, que a limitação da jornada de trabalho é historicamente um processo de resposta jurídica a desafios crescentes das relações de trabalho desde a Primeira Revolução Industrial, iniciada na Inglaterra no século XVIII. A Tabela 2 desta pesquisa registrou que, em 1802, por exemplo, perante um cenário de jornadas de 15 horas diárias de trabalho, foi aprovada no Reino Unido a Lei de Saúde e Moral dos Aprendizes, para limitar a 12 horas diárias a carga máxima de crianças que trabalhavam na indústria.

Atualmente, uma jornada de 12 horas seria considerada extenuante, inclusive para adultos, devendo ser excepcional [...] a longa jornada de trabalho e a ausência de períodos para descanso tendiam a fadigar física e mentalmente os trabalhadores, tornando-os mais suscetíveis a se acidentar e adoecer (Pasqualetto, 2021, p. 44).

A saúde também foi uma das demandas das mobilizações francesas do início do século XX em prol de jornadas menos longas, conforme registro do blog da francesa *Confédération Générale du Travail*⁴, que publicou um panfleto histórico que indicava o clima entre os trabalhadores da época e os principais anseios associados à proposta de redução da jornada:

⁴ Endereço da matéria no blog da Confédération Générale du Travail que trata da adoção da jornada de 8h diárias em 1919:
<https://cgtcochin.over-blog.com/2023/04/23-avril-1919-la-journee-de-8h-est-votee-en-france-dans-la-suite-de-la-revolution-d-octobre.html>

Figura 1 - Propostas na França do início do século XX.



Fonte: blog da *Confédération Générale du Travail* 2026.

É possível verificar na Figura 1 que as longas jornadas estavam associadas às características: “Elas levam a baixos salários; causam desemprego; propagam a tuberculose; reduzem as pessoas à pobreza; incentivam o alcoolismo; tornam as famílias infelizes” (CGT, 2026, *online*, tradução nossa). Por outro lado, as jornadas curtas continham a seguinte descrição: “Elas levam a salários altos; reduzem o desemprego; protegem a saúde; garantem o bem-estar; permitem que as pessoas construam um lar; fazem as famílias felizes” (CGT, 2026, *online*, tradução nossa). Nota-se que o conceito de proteção à saúde estava diretamente relacionado à garantia do bem-estar individual e familiar.

Nos EUA, em 1886, as jornadas exaustivas levaram a uma greve geral no 1º de maio daquele ano. Segundo Martins (2026), à época os trabalhadores em Chicago não possuíam garantias trabalhistas e trabalhavam cerca de 13 horas por dia. O movimento grevista pedia a limitação da jornada para oito horas diárias numa mobilização que entrou em choque com a polícia e resultou em mortes e em um episódio também conhecido como a “Revolta de Haymarket”:

Nesse dia, a polícia entrou em choque com os grevistas. Uma pessoa não identificada jogou uma bomba na multidão, matando quatro manifestantes e três policiais. Oito líderes trabalhistas foram presos e julgados responsáveis. Um deles suicidou-se na prisão. Quatro foram enforcados e três foram libertados depois de sete anos de prisão. Posteriormente, os governos e os

sindicatos resolveram escolher o dia 1º de maio como o Dia do Trabalho (Martins, 2026, p. 07).

No cenário brasileiro, as greves de 1907 e 1917 representaram esse tensionamento explicado por Marx entre o capital e o tempo de descanso e de bem-estar, visto que o país atravessava um processo de industrialização tardio após a recente abolição da escravatura, em 1888, enquanto que no mundo, segundo o historiador Isaías Dalle (2017), desde o século XIX, já existia o seguinte lema nos movimentos operários: “oito horas de trabalho, oito horas para o lazer e oito horas para dormir” (Dalle, 2017, p. 35). De fato, é perceptível pelo histórico que se desenhou até aqui que os trabalhadores questionaram o esgotamento físico e as consequências na saúde das jornadas exaustivas. Atualmente, no Brasil, as jornadas exaustivas são elementos que caracterizam o crime de redução à condição análoga à de escravo no art. 149 do Código Penal:

Reduzir alguém à condição análoga à de escravo, quer submetendo-o a trabalhos forçados ou a jornada exaustiva, quer sujeitando-o a condições degradantes de trabalho, quer restringindo, por qualquer meio, sua locomoção em razão de dívida contraída com o empregador ou preposto. Pena - reclusão, de dois a oito anos, e multa, além da pena correspondente à violência (Brasil, 1940, *online*).

No entendimento de Lino (2024), a interpretação ampla que associa a jornada exaustiva à condição análoga à de escravo pretendeu atender ao princípio da dignidade da pessoa humana e não apenas ao da liberdade individual ou de locomoção, portanto, à luz do ordenamento jurídico brasileiro, é possível compreender o “trabalho escravo contemporâneo” não apenas quando há restrição da liberdade ou quando envolve violência física, mas também quando há excesso de jornada de trabalho. Neste contexto, o Ministério do Trabalho e Previdência definiu, no art. 208 da Portaria n. 671 de 2021, que a jornada exaustiva é:

Toda forma de trabalho, de natureza física ou mental, que, por sua extensão ou intensidade, acarrete violação de direito fundamental do trabalhador, notadamente os relacionados à segurança, à saúde, ao descanso e ao convívio familiar e social (Brasil, 2021, *online*).

Segundo Delgado (2019), o trabalhador precisa ter “tempo razoável” para vivenciar demandas pessoais próprias da pessoa humana e, quando essas

demandas são “lesadas”, pode ocorrer o que o autor chama de “dano existencial”, conceito presente no art. 223-B da CLT e que pode ser descrito assim:

Trata-se da lesão ao tempo razoável e proporcional de disponibilidade pessoal, familiar e social inerente a toda pessoa humana, inclusive o empregado, resultante da exacerbada e ilegal duração do trabalho no contrato empregatício, em limites gravemente acima dos permitidos pela ordem jurídica, praticada de maneira repetida, contínua e por longo período (Delgado, 2019, p. 781).

Em linha com os pensamentos, ideais e movimentos discutidos, Leite (2026) disse que: “As razões para a limitação da duração do trabalho são de ordem biológica, social, econômica, religiosa e familiar” (Leite, 2026, p. 480). Da mesma forma, Lino (2024, p. 32) discute que as jornadas exaustivas “frustam o valor social do trabalho”, na medida em que condicionam o trabalhador a “viver para trabalhar e não trabalhar para viver”. Na prática, o tempo de descanso, seja ele interjornada, intrajornada, semanal ou anual, contribui para a circulação de riquezas, visto que o trabalhador tem a possibilidade de utilizar parte desse tempo para o consumo e o lazer (Leite, 2026). Também impacta nas esferas familiares, sociais e religiosas, pois permite o convívio e o desenvolvimento religioso, e afeta a ordem biológica, que inclui a saúde física e mental. “Contribui para uma maior satisfação pessoal e, consequentemente, reduz a probabilidade de advirem doenças de ordem psicológica, tais como: depressão, isolamento social, síndrome de Burnout”, defende Leite (2026, p. 480). Portanto, a limitação da duração do trabalho e o consequente tempo de descanso representam elementos centrais para a efetivação do direito fundamental à saúde, que, no Brasil, é tratado no caput do art. 6º da Constituição de 1988 como direito social:

São direitos sociais a educação, a saúde, a alimentação, o trabalho, a moradia, o transporte, o lazer, a segurança, a previdência social, a proteção à maternidade e à infância, a assistência aos desamparados, na forma desta Constituição (Brasil, 1988, art. 6º, *online*).

Embora existam limites legais, o Brasil tem registrado jornadas que extrapolam as previsões constitucionais. Em artigo escrito para o “Dossiê Fim da Escala 6x1 e Redução da Jornada de Trabalho”, publicado pelo Centro de Estudos Sindicais e Economia do Trabalho (CESIT), da Unicamp, os professores e auditores-fiscais Sá e Lima (2026) apuraram que as infrações mais frequentes na

esfera da jornada são: prorrogação da jornada além do limite permitido de duas horas diárias (80,5%); ultrapassagem das dez horas diárias na compensação do trabalho (4,1%); desrespeito aos limites da jornada normal (3,6%); e ultrapassagem do limite diário de oito horas (2,8%). Infrações que caracterizam a jornada exaustiva, ou seja, aquela que é geralmente compreendida como a que supera os limites constitucionais e causa prejuízos ao indivíduo e à sociedade, conforme percebem Marques e Garcia (2019), já que tem potencial para desestabilizar o núcleo familiar, interferir em relações sociais, atrapalhar o processo de educação e criação dos filhos e impedir a vivência de momentos únicos como aniversários e festividades:

Uma jornada habitual e exaustiva de trabalho, além dos danos à saúde do trabalhador, traz restrições diretas ao seu direito ao lazer. Assim, haverá uma diminuição do seu convívio social, atividades esportivas, religiosas, intelectuais, culturais, entre outras (Marques; Garcia, 2019, p. 866).

Todavia, pesquisadores têm avaliado os efeitos da jornada 6x1, que é legalmente estabelecida, não se enquadra normativamente no conceito de jornada exaustiva e possui previsão no art. 7º, inciso XIII, da Constituição de 1988. Segundo Silva, Antunes e Rodrigues (2026, p. 06), essa jornada vem motivando questionamentos no âmbito da dignidade da pessoa humana, visto que um único dia de descanso começou a ser socialmente visto como insuficiente e capaz de: “ocasionar desgaste físico e mental significativo, afrontando os preceitos constitucionais de proteção à saúde, à segurança e ao bem-estar do trabalhador”. Ainda conforme os autores acima, a escala 6x1 tem gênero e raça porque estudo desenvolvido⁵ em 2025 pelo Sindicato dos Comerciários do Rio de Janeiro com o Observatório do Estado Social Brasileiro mostrou que pessoas pretas e pardas (62,68%) são maioria e as mulheres (54,57%) são as mais sobrecarregadas pelo formato, pois, além de integrarem o gênero majoritariamente atrelado à escala 6x1, ainda dedicam em torno de 9,6 horas a mais do que os homens nas responsabilidades domésticas e no cuidado.

O resultado é a perpetuação de um ciclo de cansaço e exaustão, que naturaliza a ideia de que seus corpos estariam sempre disponíveis para o trabalho, reforçando o legado escravocrata que ainda se apresenta como um dos elementos que estrutura a divisão social do trabalho no Brasil (Silva; Antunes; Rodrigues, 2026, p. 12).

⁵ O estudo citado por Silva, Nunes e Rodrigues (2026) trata-se de dashboard de contínua atualização, integrante da pesquisa “O que Esconde a Escala 6x1” disponível em: <https://secrj.org.br/pesquisa-fim-da-escala-6x1/>

Ao longo dos capítulos 2 e 3 viu-se que a diminuição da jornada de trabalho não ocorreu de forma espontânea ou por iniciativa do empresariado: “mas por meio de luta da classe trabalhadora, que sempre procurou melhorar suas condições para garantir a preservação da saúde” (Lima, 2013, p. 19). Portanto, as mudanças e limitações na jornada de trabalho decorrem das mobilizações sociais semelhantes às recentes que pedem o fim da escala 6x1 no Brasil. Na chamada “Era da Informação”, em que pessoas se conectam facilmente via rede mundial de computadores, as mobilizações se apropriaram das plataformas digitais e contam com indicadores como volume de menções e engajamento, que medem a adesão popular às propostas trabalhistas.

4 A INFLUÊNCIA DAS REDES SOCIAIS NA PROPOSITURA DA PEC N. 8/2025

Ao longo da discussão aqui apresentada, viu-se que empregados realizaram mobilizações de rua e greves como meios de conquistar direitos e influenciar a produção legislativa e as fases do Direito do Trabalho. No início do século XX, os suportes físicos, como panfletos, livros, artigos, jornais e papéis em geral, ainda eram os principais veículos de ideias e ideais, palavras de ordem e demandas trabalhistas. Contudo, no fim do século XX, a rede mundial de computadores, que popularizou o uso dos suportes digitais, ampliou a disseminação da informação e se tornou veículo de construção de discursos e novos conhecimentos. Neste contexto, as redes sociais digitais têm desempenhado relevante papel na contemporaneidade para potencializar debates sobre as relações de trabalho, a saúde e a dignidade do trabalhador. O “panfleto”, a “praça” ou o “palanque” em que usuários interagem são as plataformas digitais, tais como Facebook, Instagram, YouTube e X, que estimulam o compartilhamento e o embate massivo de opiniões e dados diversos (Silva Segundo, 2018).

Se um grupo divulga, por exemplo, defesas à redução da jornada de trabalho, o acesso a tal conteúdo repercute rapidamente, em virtude da ampla produção e distribuição da informação propiciada pela web. Entretanto, se a informação fosse disparada em um vilarejo desconectado, a cultura oral ou a dependência de suportes físicos e analógicos demandariam maior tempo e esforço para difundir ideias e propostas ou até mesmo rebatê-las. Portanto, é razoável pontuar que a rede mundial de computadores, a Internet, além da disseminação da informação instantânea e em larga escala, promoveu a democratização dos meios de produção e publicação da informação, pois cada usuário produz e publica o próprio conteúdo. Este fenômeno de construção colaborativa dialoga com o crescente debate sobre a liberdade de expressão (Silva Segundo, 2018).

Ancorado pelo processo digital de mobilização social, o então balconista de farmácia Rick Azevedo publicou em setembro de 2023, no TikTok, uma reclamação contra a escala 6x1:

Gente estou aqui revoltado com essa escala 6x1. Sério! Eu tô querendo saber, eu tô querendo saber! Alguém tem essa informação para me dar? Quando é que nós, da classe trabalhadora, iremos fazer uma revolução nesse país relacionada à escala 6x1? Gente, é uma escravidão moderna! Moderna, não! Ultrapassada! Antes fosse moderna. Não existe essa escala 6x1, gente! Eu fico pensando: eu, que não tenho filho, que não tenho nada,

sou sozinho, não dá para fazer as coisas. Imagina quem tem filho, tem marido, tem casa para cuidar! A pessoa tem que se doar para a empresa seis dias na semana e ter só um dia para folgar? Isso para ganhar salário mínimo! Gente, não dá! Não dá! E se a gente não se revoltar, se a gente não colocar a boca no mundo, se a gente não meter o pé na porta, as coisas não vão mudar! Eu quero saber quando nós, da classe trabalhadora, iremos nos revoltar contra essa escravidão ultrapassada chamada escala 6x1. Bizarro! Sério, velho, não dá! (Azevedo, 2023, *online*).

O inconformismo de Azevedo ganhou notoriedade na plataforma e gerou um engajamento de 195.862 interações⁶, entre curtidas, comentários e compartilhamentos. A visibilidade trouxe mudanças na vida profissional de Azevedo, que, no mesmo ano, criou o Vida Além do Trabalho (VAT), movimento que apoia a redução da jornada de trabalho e, em 2024, se tornou vereador do Rio de Janeiro (RJ) pelo Partido Socialismo e Liberdade (PSOL).

4.1 PEC N. 8/2025: uma proposta provocada pelas redes

Na visão do VAT (2026, *online*), a diminuição da jornada representa a promoção de “vida digna fora do trabalho” e “mais descanso para lazer, família e trabalho”. Em resumo, diz o grupo: “Defendemos a aplicação e ampliação dos direitos trabalhistas, combatendo a precarização e garantindo condições justas para todos” (VAT, 2026, *online*). O movimento criado por Azevedo também se apresenta, conforme cronologia disponível em sua *homepage* oficial na internet e na tabela abaixo, como um dos responsáveis pela provocação popular que concebeu origem à Proposta de Emenda Constitucional (PEC) n. 8/2025, protocolada pela deputada federal Érika Hilton (PSOL-SP) e por outros parlamentares do campo governista:

Tabela 5 - Cronologia do debate encampado pelo VAT que gerou a PEC.

Mês/Ano	Nome
09/2023	“Rick Azevedo em seu perfil na rede social TikTok, manifestou sua insatisfação com sua escala de trabalho 6x1. Ele convidou os trabalhadores a terem um olhar empático, principalmente para donos, e donas de casa que enfrentam a tripla jornada, e para além disso convoca a população para se organizar contra a escala de trabalho 6x1”.
09/2023	“Convocamos a classe trabalhadora para assinar a petição pública solicitando medidas que possam melhorar as condições de trabalho no Brasil, a partir da organização da classe trabalhadora, o movimento se estendeu em todo Brasil”.
04/2024	“A deputada federal Érika Hilton, junto ao movimento V.A.T., protocolou a PEC 8/2025 (Proposta de Emenda à Constituição), que prevê a adoção da carga semanal de

⁶ Dados consultados em 30/06/2026 pelo link do post disponível em:
<https://www.tiktok.com/@rickazzevedo/video/7278273865241988358>

	quatro dias de trabalho e três dias de descanso. E ela convidou todos os parlamentares a apoiar e contribuir na elaboração da PEC 8/2025”.
05/2024	“A petição pública alcança 1 (um) milhão de assinaturas, pressionando parlamentares a discutirem a redução da jornada de trabalho”.
10/2024	“Rick Azevedo é eleito com um dos menores usos da verba pública, tornou-se símbolo da representação popular”.
11/2024	“A petição pública alcança 2 (dois) milhões de assinaturas, consolidando-se como uma das maiores mobilizações sociais do ano”.
02/2025	“PEC 8/2025 é protocolada na Câmara depois de muita pressão popular sobre os parlamentares que estavam postergando, ou até tentando barrar que a PEC 8/2025 fosse protocolada”.
04/2026	“A PEC 8/2025 está aguardando o despacho do Hugo Motta (Republicanos-PB) que é o presidente da Câmara dos Deputados. Ao despachar, sinaliza que a proposta foi recebida, e que será encaminhada para a análise das comissões competentes, que farão uma avaliação da proposta e poderão apresentar emendas ou sugestões de alteração”.

Fonte: Vida Além do Trabalho (2026, *online*).

Para fins de atualização, é preciso registrar que a petição pública⁷ citada na tabela acima, intitulada “Por um Brasil que Vai Além do Trabalho: VAT e Ricardo Azevedo na Vanguarda da Mudança”, chegou a 3 milhões de assinaturas e contribuiu para a apresentação da proposta à Câmara dos Deputados, um exemplo claro de fonte material do Direito do Trabalho. A PEC n. 8/2025 propõe nova redação ao inciso XIII, no art. 7º, da Constituição Federal, que passaria a dispor da seguinte redação ao propor uma jornada semanal máxima de 36 horas ante a atual de 44 horas, substituindo a escala 6x1 por uma escala 4x3 em um período de transição de 360 dias:

XIII - duração do trabalho normal não superior a oito horas diárias e trinta e seis horas semanais, com jornada de trabalho de quatro dias por semana, facultada a compensação de horários e a redução de jornada, mediante acordo ou convenção coletiva de trabalho (Brasil, 2025, *online*).

Nas primeiras linhas da justificativa, a deputada Hilton argumentou que a proposta surgiu das demandas e reivindicações dos trabalhadores e citou a petição pública do VAT que em 2024 contava com 800 mil assinaturas. Conforme a parlamentar, a redução da jornada reflete um movimento global de adaptação às novas realidades do mercado de trabalho e “às demandas por melhor qualidade de

⁷ Petição pública “Por um Brasil que Vai Além do Trabalho: VAT e Ricardo Azevedo na Vanguarda da Mudança”. Disponível em: <https://peticaopublica.com.br/pview.aspx?pi=BR135067>

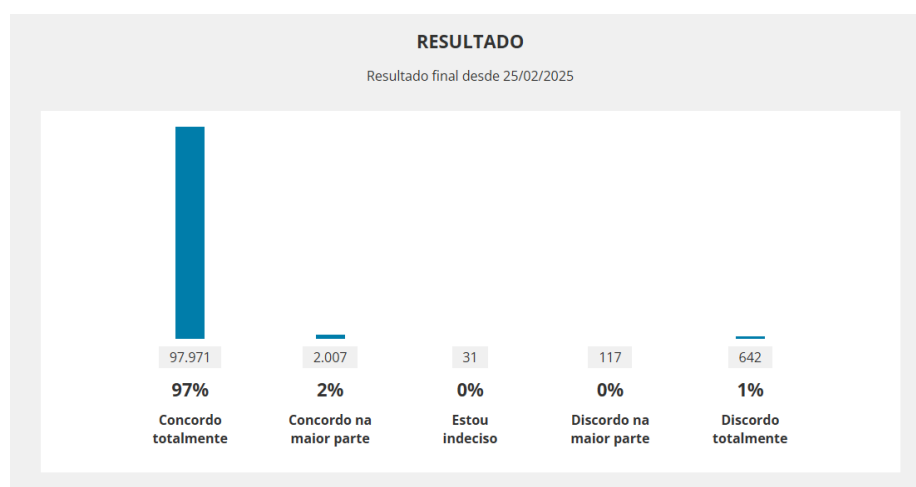
vida dos trabalhadores e de seus familiares”, porém as “disputas pelo tempo de trabalho” são comumente interferidas pelo embate em torno dos impactos econômicos. Ao discutir a esfera econômica, a propositura se fundamenta na economista Marilane Teixeira, da Unicamp, e aponta que a redução da escala sem redução salarial poderá impulsionar a economia brasileira, promover a redução das desigualdades, diminuir o desemprego e aumentar a produtividade das empresas, em consonância com o que também discutiu Leite (2026) acerca dos tempos de descanso, pois o trabalhador com tempo além do trabalho pode consumir mais, o que implica no aumento da produção para atender à demanda por consumo.

Ainda segundo a proposta, a jornada 6x1 tem potencial para levar à exaustão, afetar a saúde, o bem-estar e as relações familiares:

É de conhecimento geral que a jornada de trabalho no Brasil frequentemente ultrapassa os limites razoáveis, sendo a escala de trabalho 6x1 uma das principais causas de exaustão física e mental dos trabalhadores. A carga horária imposta por essa escala/jornada afeta negativamente a qualidade de vida dos empregados, comprometendo sua saúde, bem-estar e as relações familiares [...] impede até mesmo que os pais consigam ver seus os filhos no dia a dia (Brasil, 2025, *online*).

Com a fundamentação acima, a PEC foi apresentada⁸ à mesa diretora da Câmara dos Deputados em 25/02/2025, data em que a Casa encerrou uma enquete própria para entender o interesse social pela pauta:

Figura 2 - Enquete da Câmara sobre a PEC n. 8/2025.



Fonte: Câmara dos Deputados, 2026.

⁸ Ficha de tramitação da PEC n. 8/2025 na Câmara:

<https://www.camara.leg.br/proposicoesWeb/fichadetramitacao?idProposicao=2485341>

Participaram da enquete 100.768 pessoas, 97.971 (97%) delas disseram concordar totalmente com a proposta, indicando amplo apoio popular. Sete meses depois, em setembro, começou a ser discutida na Comissão de Trabalho e, em fevereiro de 2026, foi apensada à PEC n. 221/2019, do deputado Reginaldo Lopes (PT-MG), que também pedia a adoção da escala 4x3, mas que só entraria em vigor após um período de transição de 10 anos. Ainda em fevereiro, a matéria foi recepcionada pela Comissão de Constituição e Justiça e de Cidadania (CCJC) e autorizada em 24/02/2026. Com efeito, o presidente da Câmara, Hugo Motta (Republicanos-PB), designou o relator Leo Prates (PDT-BA) e abriu a Comissão Especial sobre o Fim da Escala 6x1 Vida Digna ao Trabalhador, em 29/04/2026. Após a devida tramitação e o debate com setores da sociedade, o texto substitutivo⁹ apresentado pelo relator e aprovado modificou a pretensão inicial de adoção da escala 4x3 e passou a propor a escala 5x2, prevendo limite de oito horas diárias e 40 horas semanais. Encaminhada ao plenário da Câmara, a proposta foi aprovada em dois turnos no dia 27/05/2026, após 456 dias de tramitação, com ampla maioria: 472 votos a favor contra 22 no primeiro turno; no segundo foram 461 votos ante 19.

Porém, a aprovação com maioria qualificada dos deputados federais não acelerou a tramitação no Senado Federal. Até a última verificação desta pesquisa, em 12/07/2026, a PEC se encontrava estacionada¹⁰ há 45 dias pelo presidente do Congresso Nacional, o senador Davi Alcolumbre (União-AP), e aguardava movimentação desde 28/05/2026. Paralelamente, com o intuito de garantir célere tramitação da matéria no Legislativo, o presidente da República, Luiz Inácio Lula da Silva, encaminhou à Câmara o Projeto de Lei n. 1.838/2026¹¹, com regime de urgência, propondo alterações de normas infraconstitucionais para que a duração normal do trabalho não exceda oito horas diárias e quarenta horas semanais, resultando em uma escala de 5x2, mas, em acordo com Motta, retirou a urgência.

⁹ Texto substitutivo do relator Leo Prates:

https://www.camara.leg.br/proposicoesWeb/prop_mostrarintegra?codteor=3141964&filename=Tramitacao-442-PEC-221-2019

¹⁰ Ficha de tramitação da PEC n. 221/2019 no Senado:

<https://www25.senado.leg.br/web/atividade/materias/-/materia/174386>

¹¹ Ficha de tramitação do PL n. 1.838/2026 na Câmara:

<https://www.camara.leg.br/proposicoesWeb/fichadetramitacao?idProposicao=2616127>

4.2 PEC N. 12/2026: uma proposta para o trabalho flexível

Em contrapartida, membros da oposição defenderam a PEC n. 12/2026, de autoria do senador Rogério Marinho (PL-RN). Também chamada de PEC do Trabalho Flexível, a proposta foi protocolada no Senado no mesmo dia em que a PEC governista foi aprovada pela Câmara e encaminhada à Casa Alta, 28/05/2026. Entretanto, enquanto a do fim da escala 6x1 se encontra parada, a do trabalho flexível já foi despachada por Alcolumbre para a Comissão de Constituição e Justiça (CCJ), conforme indica a ficha de tramitação¹². O texto pretende transformar o parágrafo único do art. 7º da Constituição Federal em §1º e incluir os §§ 2º, 3º e 4º:

§ 2º É garantida a compensação de horários e a redução da jornada, mediante acordo individual, convenção coletiva de trabalho ou livre pactuação contratual direta entre empregado e empregador, inclusive por hora trabalhada, prevalecendo o disposto em contrato individual de trabalho sobre os instrumentos de negociação coletiva;

§ 3º Na hipótese de redução da jornada de trabalho prevista no inciso XIII deste art. 7º, o valor mínimo da hora trabalhada será proporcional ao salário mínimo nacional ou ao piso da categoria, calculado com base na jornada máxima de que trata o inciso XIII, observada a mesma proporcionalidade no cálculo dos demais direitos trabalhistas, incluindo férias, décimo terceiro salário, FGTS e outros benefícios legais, de acordo a carga horária efetivamente trabalhada;

§ 4º Mediante previsão em contrato individual de trabalho, a jornada de trabalho poderá ser flexível, respeitada a jornada semanal máxima de que trata o inciso XIII observado o disposto no §3º (Brasil, 2026, *online*).

Na prática, caso o trabalhador negocie com o empregador a redução da jornada de trabalho, o salário será proporcionalmente reduzido. Um fato observado é que a proposta ainda não goza de apoio popular, ao menos não na enquete abaixo feita pelo Senado:

¹² Ficha de tramitação da PEC n. 12/2026:

<https://www25.senado.leg.br/web/atividade/materias/-/materia/174362>

Figura 3 - Enquete do Senado sobre a PEC n. 12/2026.



Fonte: Senado Federal, 2026

Até 12/07/2026, a enquete havia recebido 124.789 votos, dentre os quais 115.657 (93%) disseram não apoiar a proposição. Embora aparentemente careça de apoio popular, o senador Rogério Marinho argumentou na justificativa que esse modelo “visa ampliar a liberdade e a autonomia do trabalhador”, possibilita a escolha entre o regime CLT e um regime flexível de horas trabalhadas, promovendo ao trabalhador capacidade de definir qual jornada atende às suas necessidades para conciliar “sua vida pessoal com seu trabalho” e “sua rotina às demandas e oportunidades do mercado de trabalho”, com o objetivo de “modernizar” as relações trabalhistas.

No contexto do termômetro da opinião pública medida pelo Congresso Nacional, o próximo capítulo deste trabalho apresentará a pesquisa científica proposta e aplicada para verificar a percepção da escala 6x1 nas redes sociais:

5 PERCEPÇÕES DA ESCALA 6X1 NAS REDES SOCIAIS

Conforme reflete Ximenes (2021), a pesquisa “jurídico-científica” nasce de uma inquietação e, portanto, apresenta um problema de pesquisa. Para ajudar a compreender o problema, utiliza-se um método científico, que dispõe de processo reproduzível e verificável pela comunidade acadêmica, com técnicas válidas e instrumentos para o levantamento de dados, que, após tratados e interpretados, estabelecem conexão e sentido. A interpretação dos dados permite verificar se as hipóteses desenvolvidas foram confirmadas ou falseadas e amplia ou se propõe a ampliar a compreensão sobre o objeto investigado (Ximenes, 2021). Esta pesquisa, portanto, utiliza-se do método hipotético-dedutivo, com a formulação de hipóteses que poderão ser confirmadas ou falseadas na fase da análise e interpretação dos dados, conforme explica Henrique e Medeiros (2017), e tem por objeto o debate sobre a escala 6x1 nas redes sociais, sobre o qual foram analisados atores e narrativas convergentes e divergentes que contribuíram para a discussão, por meio da técnica de Análise de Conteúdo.

O recorte temporal proposto vai do dia 01 de janeiro de 2026 ao dia 31 de maio de 2026, período delimitado por seu potencial para contribuir com a compreensão dos desdobramentos mais atuais do debate. Na fase de análise e interpretação de dados, adotou-se a abordagem mista, também chamada de “quali-quantitativa”, sendo a quantitativa para a identificação de padrões, volumes de publicações e engajamento, fluxos e recorrências, enquanto a qualitativa serviu para a interpretação dos dados, análises de conteúdo, formação de categorias e identificação de narrativas e atores influentes.

Os dados foram coletados por meio de ferramenta de *Social Listening* e performance digital, a Stilingue by blip, que, respeitando a Lei Geral de Proteção de Dados Pessoais, tem acesso a dados de perfis públicos das seguintes plataformas: Facebook, Instagram e X (antigo Twitter). Os softwares Google Sheets, Excel e Gephi auxiliaram na fase de tratamento e análise dos dados, pois permitem o cruzamento e manipulação de dados e a visualização de grafos.

5.1. Análise de Conteúdo

A Análise de Conteúdo é uma técnica que, no âmbito jurídico, pode ser utilizada para avaliar documentos e decisões jurídicas, por exemplo. Também é útil na construção de categorias e na apuração da recorrência de termos (Henrique; Medeiros, 2017). Segundo estes autores, há uma distinção evidente entre Análise do Discurso e Análise de Conteúdo:

A análise de conteúdo objetiva decompor um texto em unidades léxicas ou temáticas, codificando-as com base em algumas categorias [...] a análise do discurso, por sua vez, concentra-se não nos aspectos linguísticos propriamente, mas no contexto interativo em que se dá a comunicação. Para Chizzotti, com base em Lasswell ("L'Analyse de contenu et le langage de la politique"), o analista ocupa-se das seguintes questões: Quem fala? Para dizer o quê? Por quais meios? A quem? Com quais efeitos? (Henrique; Medeiros, 2017, p. 115).

Baseado em Laurence Bardin (2016), a técnica aqui implantada seguiu as fases:

- 1) Pré-organização da análise: fase que promove a delimitação do objeto, o problema de pesquisa, o instrumento de coleta, as plataformas a serem verificadas, a definição de palavras-chave e a exploração do material e critérios de inclusão e exclusão, como postagens públicas e língua portuguesa.
- 2) A codificação: diz respeito ao recorte a ser analisado, tratamento e limpeza dos dados, organização do banco de dados, consolidação de indicadores-chave de desempenho, como alcance potencial e volumes de publicações e engajamento.
- 3) A categorização: estabelecimento de conjuntos de categorias temáticas, verificação do sentimento dos publicadores, se favoráveis ou desfavoráveis, apuração de conteúdos potencialmente desinformativos, classificação de posicionamento político, se governista ou opositor, e identificação dos tipos de atores envolvidos no debate, usuários comuns, políticos, influenciadores e portais de notícias.
- 4) Interpretação dos dados: verificação de narrativas predominantes, disputas discursivas, atores mais relevantes, publicações mais compartilhadas, picos de conversação e eventos impulsionadores do debate nas redes.

5.2 Pré-organização da análise

Neste tópico será abordado o passo a passo da pré-organização da análise: a autorização para utilização acadêmica de ferramenta de monitoramento de redes sociais custeada pela empresa que emprega este estudante, definição de termos e operadores booleanos para consulta em mar aberto, visualização e extração de dados.

5.2.1 Autorização de uso e estabelecimento de query

Em 20/05/2026, foi solicitada à empresa em que este estudante-pesquisador trabalha autorização para o manuseio da plataforma brasileira Stilingue by Blip¹³ para fins acadêmicos. A ferramenta é paga e é utilizada no processo de monitoramento de redes sociais, ou *Social Listening*, que serve para executar a “escuta social” de marcas e personalidades e compreender as narrativas e debates que as cercam, com o intuito de avaliar a reputação, temas sensíveis, oportunidades, padrões e outros elementos relevantes que podem construir ou modificar o posicionamento digital.

A empresa respondeu no mesmo dia da solicitação e autorizou o uso estritamente acadêmico do sistema, com a obrigatoriedade de a pesquisa não acessar painéis de clientes e se deter apenas à Busca - Radar, funcionalidade que não dispõe de vínculo com clientes ou perfis proprietários. Após autorização, o primeiro passo precisou definir a *query* a ser aplicada, estabelecendo palavras-chave que compõem o debate nas redes, articuladas por operadores booleanos (AND, OR e NOT). Por critério, consideraram-se termos basilares capazes de abranger publicadores interessados no tema. Baseado nesta premissa, chegou-se à seguinte fórmula: 6x1 OR (trabalh* AND (jornada OR escala)). Tal disposição objetiva pesquisar inicialmente publicações que citaram o termo “6x1” ou que mencionaram o radical “trabalh” com seus diversos sufixos, a exemplo de “ador”, “ar”, “a”, “o”, “adora” e outras variações. Na fórmula, o AND é um operador condicionante, portanto a busca apenas recuperará o termo “trabalh” se vier acompanhado de um dos termos entre parênteses “jornada ou escala”. Desta maneira, aplicaram-se limites específicos à query em questão: pesquisar por “6x1” ou pesquisar por “trabalh* e jornada” ou “trabalh* e escala”.

¹³ Stilingue by blip endereço: <https://stilingue.com.br/>

5.2.2 Configuração de busca em mar aberto

Estabelecida a fórmula, o segundo passo se materializou em consultar o sistema. Para tanto, a pesquisa foi autorizada a manipular a Busca - Radar do Stilingue, que faz uma varredura em “mar aberto”, termo técnico da área do *Social Listening* que representa uma busca por publicações de perfis públicos não vinculados ao contexto de eventual cliente ou marca. A Figura 4 a seguir mostra a configuração da busca:

Figura 4 - Configuração de busca no Radar do Stilingue.

Título da Pesquisa Express com filtros avançados (obrigatório para salvar a pesquisa)

Filtro textual

Busca **booleana**:

6x1 OR (trabalh* AND (jornada OR escal

Com **alguma** dessas palavras:

Utilize vírgula para separar palavras-chave

Com **todas** essas palavras:

Utilize vírgula para separar palavras-chave

Ignorando essas palavras:

Utilize vírgula para separar palavras-chave

Idiomas

1 Selecionado

Intervalo de datas (Max. 360 dias)

01/01/2026 00:00 a 31/05/2026 23:59

Canais

3 Selecionados

Locais

Selecione uma Localização

Sentimento

Gênero

Tipo de postagem

Dispositivos

Limite de exportação : 500

Fechar Limpar Exportar Salvar Pesquisar

Fonte: print capturado do Stilingue 2026.

Em “filtro textual”, inseriu-se a query e o idioma selecionado foi o “português”. No item “canais”, foram filtradas as redes “X (antigo Twitter), Instagram e Facebook”. Já no “intervalo de datas”, aplicou-se o recorte proposto por esta pesquisa acadêmica: de 01 de janeiro de 2026 a 31 de maio de 2026. Quesitos como “sentimento”, “gênero”, “tipo de postagem” e “dispositivos” ficaram em aberto para não limitar a consulta.

5.2.3 Visualização e extração do resultado da busca

Efetuada a configuração, o próximo passo se resumiu em clicar em “pesquisar” para visualizar as publicações encontradas, conforme é possível ver na Figura 5:

Figura 5 - Visualização de busca no Radar do Stilingue.



Fonte: print capturado do Stilingue 2026.

Em seguida, veio a fase da extração dos dados. Porém, na Busca - Radar, a plataforma restringe um limite de 30 mil menções por extração. Visto que o total visualizado foi de 147.733 publicações, número que passou a compor a população de menções desta pesquisa, tornou-se necessário extrair por mês para depois consolidar os dados. A extração dos meses de janeiro, fevereiro, março, primeira e segunda quinzena de abril, primeira quinzena de maio, de 16 a 27 e, por fim, de 28 a 31 de maio ocorreu em 07/06/2026, das 10:34 às 11:10 horas.

Com os dados coletados, foi necessário fazer um backup da coleta original antes de iniciar a limpeza e tratamento dos dados. Para armazenamento com fins de backup, utilizou-se o repositório Google Drive. Depois, ainda no mesmo dia 07/06, toda a extração foi consolidada em arquivo único de planilha no formato excel e extensão xlsx.

5.3 A codificação

A fase se dedicou à modelagem dos dados, com o intuito de proporcionar o cruzamento de dados para as análises posteriores. No dia 14/06/2026, iniciou-se a fase da codificação da planilha, que recebeu a seguinte configuração:

- a) Os conteúdos das colunas “Curtidas”, “Amei”, “Haha”, “Uau”, “Triste”, “Raiva”, “Outras Reações”, “Total de Reações”, “Comentários” e “Compartilhamentos” foram convertidos para números;
- b) O conteúdo da coluna “Total de Reações” foi apagado para não gerar duplicidades, visto que se trata da soma das reações já contabilizadas nas colunas “Curtidas”, “Amei”, “Haha”, “Uau”, “Triste”, “Raiva” e “Outras Reações”;
- c) Ao lado esquerdo da coluna “Imagem” criou-se nova coluna intitulada “Total de Engajamento” e o conteúdo desta se tornou a fórmula =SOMA(U2:AD2), replicada até a última linha da nova coluna. A fórmula serviu para somar os principais indicadores-chave de engajamento: curtidas, reações (amei, haha, uau, triste, raiva e outras reações), comentários e compartilhamentos;
- d) Ao lado direito da coluna “Seguidores”, criou-se nova coluna intitulada “Alcance Potencial” e o conteúdo desta se tornou a fórmula =K2*0,2, também replicada até a última linha da nova coluna. A fórmula serviu para calcular em cada publicador o seu alcance potencial, que equivale a 20% do total de seguidores do publicador. Exemplo: se o publicador X tem 100 seguidores, seu alcance potencial é de 20 seguidores;
- e) Ao lado direito da coluna “Título”, inseriram-se três colunas com os respectivos nomes: “Tema”, “Tópico” e “Polaridade de Política”;
- f) Ao lado esquerdo da “Seguidores”, adicionou-se a coluna “Tipo de Publicador”;
- g) O indicador do mouse foi colocado no cabeçalho da coluna “Ordem” e, posteriormente, apertou-se o atalho ctrl + ALT + END para selecionar toda a planilha. Uma vez selecionada, na aba dados, aplicou-se o filtro de dados;
- h) Com o filtro inserido, classificou-se a coluna “Total de Engajamento” por ordem do maior para o menor número;

- i) Por fim, inseriram-se tabelas dinâmicas para permitir o cruzamento de dados entre redes sociais e publicadores. Basicamente, as tabelas foram formatadas para exibir o volume total de publicações e de engajamento por rede e o alcance potencial geral. Este último levou em consideração a soma do alcance dos publicadores únicos, descartadas as duplicações.

5.4 A categorização

A fim de categorizar uma amostra qualificada para representar a população de menções da pesquisa, que é de 147.733 publicações, aplicou-se um cálculo amostral¹⁴ com grau de confiança de 95% e margem de erro de 5%, que resultou na amostra de 384. Este montante foi submetido ao critério de engajamento, portanto se tratam das 384 publicações mais engajadas da população da pesquisa.

Após separação, a amostra passou por um processo de limpeza em que foram identificadas 50 menções sem relação alguma com a temática da pesquisa. Após excluídas, as 50 menções seguintes foram incluídas para recompor a amostra necessária. O processo de categorização ocorreu entre os dias 20/06/2026 e 21/06/2026, por meio de planilha de excel, conforme registro abaixo:

Figura 6 - Visualização da Base de Dados Categorizada.

J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S
Tipo de	Seguidor	Alcance Potenc	Título	Tema	Tópico	Polaridade Polít	Conteúdo	ID	Sentim
Político	22119474	4.423.895		Economia	Populista	Oposição	A verdade é	17908271	Negativo
Político	4730278	946.056		Proposta Alternat	Aumento da Jornada	Governo	?? URGENT	18362130	Positivo
Influenciad	9725383	1.945.077		Saúde	Tempo para viver	Governo	Dia do Tral	18102939	Positivo
Governo	1787919	357.584		Disputa Política	Tramitação Legislati	Governo	ADMITA: ??	18088319	Positivo
Político	4730278	946.056		Proposta Governi	Tramitação Legislati	Governo	?? FIM DA E	17910342	Positivo
Imprensa	25465395	5.093.079		Proposta Governi	Tramitação Legislati	Neutro	O governo	18094769	Positivo
Político	1764053	352.811		Disputa Política	Tramitação Legislati	Governo	Entreguei	17923928	Positivo
Político	14596322	2.919.264		Saúde	Tempo para viver	Governo	A aprovaçã	18366744	Positivo

AC	AD	AE	AF	AG	AH
Comen	Compa	TOTAL DE ENGAJAMEN	Imagem	Apenas Di	Hora
251.920	0	3.404.188	https://scc	26/05/2026	22:00
47.431	0	1.956.287	https://scc	19/05/2026	19:08
103.086	0	1.884.183	https://scc	01/05/2026	12:53
26.235	0	1.473.278	https://scc	27/05/2026	23:35
44.429	0	1.252.349	https://scc	31/05/2026	19:19
34.109	0	1.185.809	https://scc	07/04/2026	14:09
100.959	0	1.101.394	https://scc	27/05/2026	17:49
35.119	0	992.677	https://scc	27/05/2026	23:41
11.737	0	919.324	https://scc	27/05/2026	16:21
29.654	0	822.138	https://scc	26/05/2026	14:54

Fonte: elaboração própria. Planilha de dados em excel, 2026.

¹⁴ Para o cálculo amostral utilizou-se a ferramenta SurveyMonkey disponível gratuitamente na web: <https://pt.surveymonkey.com/learn/research-and-analysis/sample-size-calculator/>

Não houve categorização automatizada, a criação de temas, tópicos, tipos de publicadores, gênero, sentimento e polaridade política ocorreu manualmente. Para tanto, tornou-se necessário ler menção por menção, linha por linha, para definir as categorias apropriadas, conforme o exemplo da Figura 6 acima. As categorias adotadas foram:

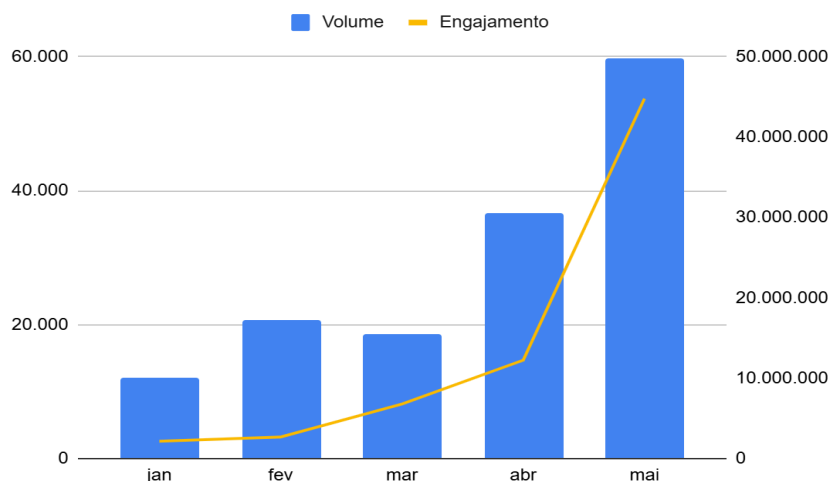
- a) Tipo de Publicador - Imprensa: veículos da imprensa nacional e/ou regional, tradicional e/ou especializado;
- b) Tipo de Publicador - Influenciador: perfis com número de seguidores maior ou igual a 10 mil e que não se enquadram em “imprensa” ou “político”;
- c) Tipo de Publicador - Jornalista: usuários reconhecidos ou autodeclarados jornalistas;
- d) Tipo de Publicador - Político: usuários reconhecidos ou autodeclarados políticos;
- e) Tipo de Publicador - Usuário Comum: usuários não reconhecidos ou autodeclarados como políticos ou jornalistas e que têm menos de 10 mil seguidores.
- f) Temas identificados durante a categorização: Disputa Política, Economia, Família, Legislação Internacional, Mobilização Social, Proposta Alternativa, Proposta Governista e Saúde;
- g) Tópicos identificados durante a categorização: Causa Trabalhista, Classe Artística, Colapso Econômico, Corrupção, Desinformação, Jornada Exaustiva, Jornada Flexível, Mulheres, Populista, Produtividade, Salário, Tempo para Viver, Tramitação Legislativa, Transição e Violência;
- h) Polaridade Política - Governo: perfis reconhecidos como alinhados à base governista atual;
- i) Polaridade Política - Independente: perfis não reconhecidos como alinhados politicamente ao governo ou à oposição;
- j) Polaridade Política - Oposição: perfis reconhecidos como alinhados à oposição à base governista atual;
- k) Sentimento Negativo: menções contrárias ao fim da escala 6x1;
- l) Sentimento Positivo: menções favoráveis ao fim da escala 6x1;
- m) Sentimento Neutro: menções que não acolheram um lado nítido em favor ou desfavor do fim da escala 6x1.

Em seguida, iniciou-se a fase de análise e discussão dos dados, com a apuração de números totais e a construção de gráficos e outros aparatos necessários para a compreensão do debate digital.

5.5 Análise e discussão dos dados da coleta total

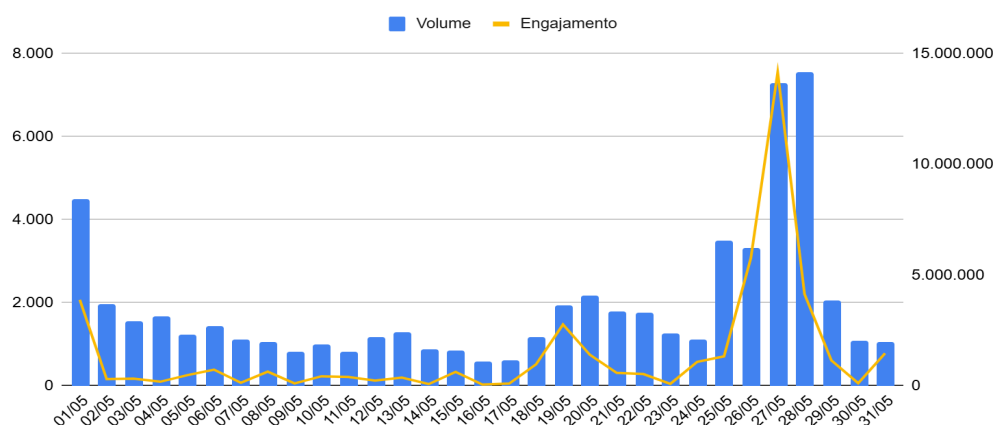
Entre janeiro e maio de 2026, foram coletadas 147.733 publicações que mencionaram a escala 6x1 ou que tiveram alguma relação com o debate entre trabalho + jornada ou escala. O montante obteve alcance potencial de 681,9 milhões de usuários e motivou 68,6 milhões de engajamento, que exerceu ritmo crescente apresentado na linha do tempo do debate:

Gráfico 1 - Linha do Tempo Geral.



Fonte: elaboração própria a partir dos dados, 2026.

O pico tanto de engajamento quanto de volume ocorreu em maio, devido à tramitação e votação da PEC do fim da escala 6x1 na Câmara dos Deputados, mais precisamente entre os dias 27 e 28 de maio, conforme o Gráfico 2:

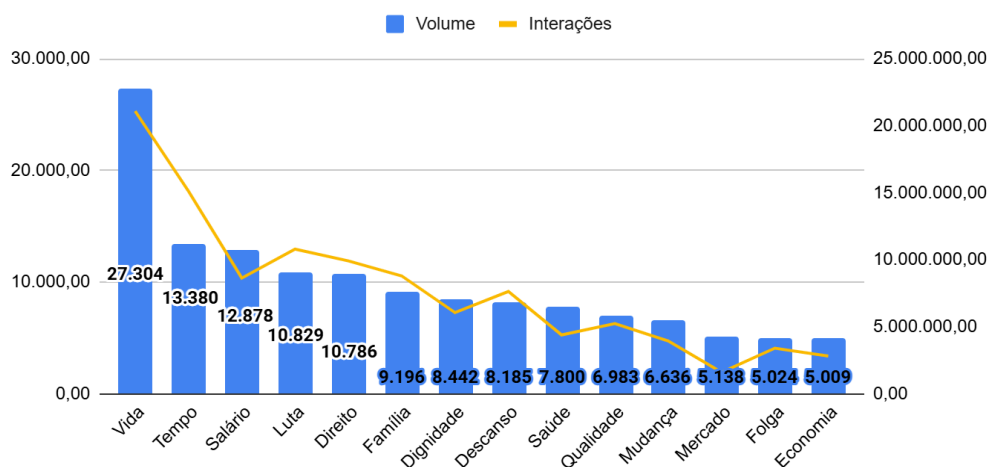
Gráfico 2 - Linha do Tempo de Maio.

Fonte: elaboração própria a partir dos dados, 2026.

No dia 27/05, o pico de engajamento representou a mobilização nas redes pela aprovação da proposta: 14,1 milhões, 31,61% de todo o engajamento produzido em maio. Neste dia, a Comissão Especial da Câmara dos Deputados aprovou o texto final do relator Leo Prates (Republicanos-BA) sobre duas PECs, a n. 8/2025 da deputada Érika Hilton (PSOL-SP) e a n. 221/2019 do deputado Reginaldo Lopes (PT-MG). Em seguida, o Plenário da Câmara aprovou em dois turnos a proposta e encaminhou a matéria ao Senado Federal.

No dia 28/05, houve o pico de volume. Foram 7,5 mil menções ao debate. Destes, 3.973 (52%) vieram de usuários comuns, ou seja, de perfis não influenciadores, com menos de 10 mil seguidores, apontando participação popular majoritária após aprovação na Câmara. O índice de participação deste tipo de perfil, no dia 27/05, foi de 47%, o que demonstrou maior participação de perfis influenciadores no dia da votação.

Ainda com a coleta total sob análise, foi possível identificar nesse universo o conjunto de termos mais frequentes, excetuando termos nucleares, a exemplo de “Fim”, “Escala”, “6x1”, “Mais”, “Trabalho”, “Trabalhador” e “Jornada”, os 10 termos mais recorrentes, que representaram demandas dos trabalhadores para justificar o fim da escala 6x1 foram: Vida (18,4%); Tempo (9%); Salário (8,7%); Luta (7,3%); Direito (7,3%); Família (6,2%); Dignidade (5,7%); Descanso (5,5%); Saúde (5,2%) e Qualidade (4,7%). O tratamento possibilitou o gráfico abaixo:

Gráfico 3 - Termos de demandas mais frequentes no debate para justificar o fim da escala 6x1.

Fonte: elaboração própria a partir dos dados, 2026.

Cada palavra apresenta seu índice de engajamento representado pela linha amarela. “Vida”, por exemplo, esteve em 27 mil publicações que geraram 21 milhões de interações, enquanto “Tempo” foi registrado em 13 mil menções e motivou 15 milhões de engajamento. Há perceptíveis grupos argumentativos que possuem uma conexão lógica, “Vida” e “Tempo” indicam a necessidade do trabalhador dispor de tempo para viver. “Salário”, “Luta” e “Direito”, tratam da mobilização por garantias, como a diminuição da jornada sem redução salarial. “Família”, “Dignidade”, “Descanso”, “Saúde” e “Qualidade” apresentam demandas históricas que associam a saúde do trabalhador ao tempo de qualidade para descanso e convívio familiar. “Mudança”, “Mercado”, “Folga” e “Economia” refletem a discussão dos impactos que a mudança da escala e o acréscimo de folgas podem causar ao setor econômico. No tópico a seguir, optou-se por avaliar a amostra que viabilizou a categorização dos dados.

5.6 Análise e discussão dos dados da amostra

A parte qualitativa da análise se debruçou sobre os dados da amostra devidamente categorizada. As 384 menções que compõem a amostra foram publicadas por 153 perfis únicos, que geraram 49,6 milhões de engajamento, 72% do engajamento total, e 70,7 milhões de alcance potencial, 10% do alcance total. Outro dado relevante foi a prevalência do Instagram como a rede que promoveu

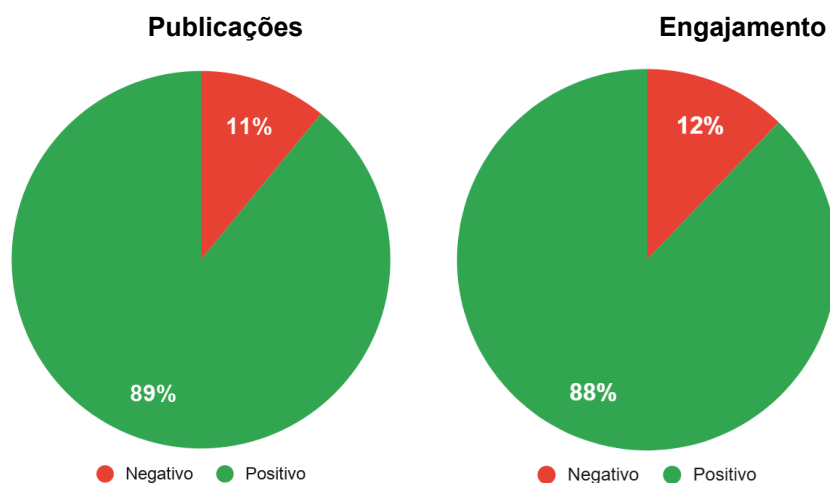
maior adesão, 47,8 milhões de interações, o equivalente a 96% do engajamento da amostra. Para atingir o objetivo específico a) proposto e identificar os perfis mais influentes por engajamento, adotou-se o critério de perfis que geraram a partir de 1 milhão de engajamento:

Tabela 6 - Os perfis que mais engajaram o debate.

Plataforma	Publicador	Publicações	Alcance	Engajamento
Instagram	Érika Hilton	27	946.056	10.802.224
Instagram	Lula	25	2.924.004	4.698.194
Instagram	Mídia Ninja	48	1.002.685	4.195.319
Instagram	Nikolas Ferreira	1	4.423.895	3.404.188
Instagram	Alfinetei	18	5.119.155	2.863.808
Instagram	Sâmia Bomfim	18	352.811	2.191.470
Instagram	Ana Paula Renault	1	1.945.077	1.884.183
Instagram	Governo do Brasil	3	1.122.621	1.687.170
Instagram	André Janones	9	541.439	1.674.626
Instagram	Cleitinho	4	876.497	1.374.719
Instagram	Pragmatismo Político	13	202.250	1.223.551

Fonte: elaboração própria a partir dos dados, 2026.

Os 11 perfis listados representaram 72% do engajamento da amostra, com 35,9 milhões de interações. O perfil da deputada Érika Hilton (PSOL-SP) no Instagram se consolidou com o maior engajamento acumulado da amostra, com 27 publicações produziu 10,8 milhões de interações, uma média de 400 mil por posts favoráveis ao fim da escala 6x1. Porém, em campo político distinto, o perfil do deputado Nikolas Ferreira (PL-MG) no Instagram obteve ampla adesão com apenas 1 publicação, 3,4 milhões de interações, e produziu a menção mais engajada de todo o recorte analisado: de janeiro a maio de 2026. Notadamente, a pauta não encontrou consenso político, cenário demonstrado pelos dados seguintes:

Gráfico 4 - Sentimento do cenário por volume e engajamento.

Fonte: elaboração própria a partir dos dados, 2026.

Conforme o Gráfico 4, 89% das publicações (342) e 88% do engajamento (43,6 milhões) tiveram teor positivo à redução da jornada de trabalho, enquanto 11% das menções (42) e 12% das interações (6 milhões) se posicionaram contrariamente. Patamar de aprovação condizente com o observado tanto nas enquetes realizadas pelo Congresso Nacional e discutidas no capítulo 4 deste trabalho quanto por levantamentos de institutos de pesquisa. Segundo o Datafolha, 71% da população brasileira aprova o fim da escala 6x1. Já a Nexus apurou que 73% dos brasileiros aprovam a diminuição da jornada sem redução salarial. O resultado também foi semelhante ao averiguado pelo setor de inteligência da Câmara dos Deputados, que realizou um estudo¹⁵ em que analisou comentários de usuários nos canais oficiais da Câmara e identificou que 82% dos comentários relativos ao fim da escala 6x1 prestaram apoio, apontando a “falta de tempo de descanso e de convívio com familiar”, enquanto 18% criticaram, indicando “risco de demissões, aumento de custos e impactos sobre pequenos negócios” (Brasil, 2026, *online*).

Para avaliar a influência da polaridade política no sentimento, separaram-se os perfis entre Governo, Oposição e Independente, mediante análise do histórico de atividades de cada perfil e nas pautas comumente defendidas ou publicadas. Como resultado, percebeu-se que 89% do engajamento negativo veio de perfis categorizados como Oposição, como os deputados Nikolas Ferreira (PL-MG) e Kim

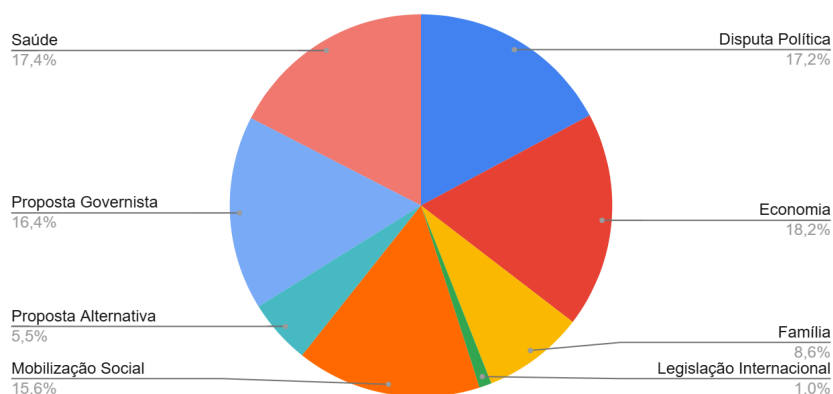
¹⁵ Estudo realizado nos canais da Câmara dos Deputados: https://www.youtube.com/watch?v=iusTI_YtTQc

Kataguiri (Missão-SP), o senador Flávio Bolsonaro (PL-RJ) e o influenciador e ex-deputado Fábio Ostermann (Novo-RS). Os outros 11% se concentraram em perfis Independentes, a exemplo da Folha de S.Paulo, Portal g1, BandNews TV, Alfinetei e BBC Brasil, páginas de notícias e entretenimento.

Em contrapartida, 82% do engajamento positivo foi gerado por perfis Governistas, tais como as deputadas Érika Hilton (PSOL-SP) e Sâmia Bomfim (PSOL-SP), a influenciadora Ana Paula Renault, a Mídia Ninja, o Governo do Brasil e o presidente Lula. Páginas Independentes contribuíram com 14%. Por fim, os 4% restantes foram compostos por Opositores que destoaram do discurso padrão adotado por este segmento: senadores Cleitinho Azevedo (Republicanos-MG), Romário Farias (PL-RJ) e o deputado Tiririca (PSD-SP). Segundo Azevedo, a redução da jornada não traria impacto econômico como seus correligionários argumentam, pois o impacto real nas contas públicas residiria nas “regalias” de alguns segmentos profissionais, a exemplo dos políticos que recebem altos salários e dispõem de benefícios e auxílios substanciais. Tiririca e Romário adotaram um discurso voltado às necessidades de descanso, qualidade de vida e convívio familiar.

Logo após, objetivando cumprir o objetivo específico b), de identificar as categorias temáticas mais recorrentes utilizadas por apoiadores e contrários à proposta, criou-se o Gráfico 5 para visualizar quais temas marcaram o debate:

Gráfico 5 - Temas mais recorrentes no debate.



Fonte: elaboração própria a partir dos dados, 2026.

Economia (18,2%) foi o tema mais recorrente no debate. A preocupação com prováveis efeitos econômicos advindos do fim da escala 6x1, como o desemprego e o aumento dos custos para o setor produtivo, fundamentou o discurso de perfis alinhados à oposição, enquanto apoiadores do governo trouxeram a contrapartida de que conquistas trabalhistas anteriores, a exemplo de outras reduções da jornada de trabalho, também enfrentaram a acusação de que causariam “colapso econômico”, mas demonstraram na prática o contrário.

A temática da Saúde se estabeleceu em segundo lugar, com 17,4% das menções. Para categorizá-la, adotou-se a compreensão mais ampla discutida no Capítulo 3, segundo a qual o direito à saúde não se trata apenas de ausência de doenças, mas da promoção do bem-estar para os trabalhadores. Os dados revelaram que, em geral, os publicadores consideram a jornada 6x1 exaustiva, que leva à exaustão da mente e do corpo, principalmente de trabalhadores periféricos, uma limitadora do “Tempo para Viver”, frequentemente apontado como elementar para a promoção de saúde física e mental. Conforme o debate desta categoria, convívio familiar, lazer, educação e espiritualidade compõem necessidades básicas dos trabalhadores, que, ao serem privados, se veem “sem descanso”, com o “cansaço normalizado”, e desenvolvem exaustão, estresse e síndromes como a do Burnout, que afetam a Saúde Pública e a própria produtividade econômica.

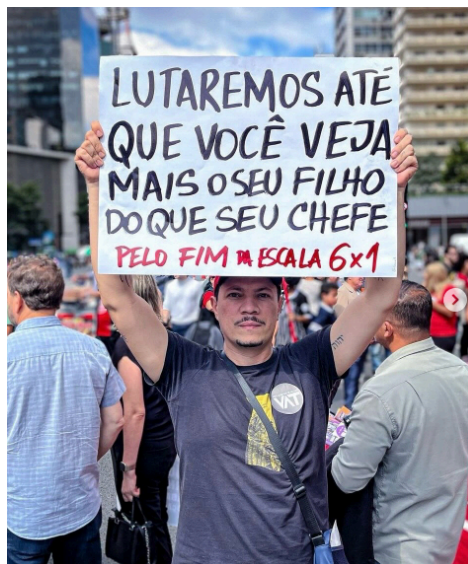
Em terceiro, a Disputa Política (17,2%) foi representada por menções que meramente discutiram a polaridade política, conflitos e debates acirrados ou cálculos eleitorais em que governistas se posicionaram como defensores das “Causas Trabalhistas” e rotularam opositores como alheios às demandas populares.

Tanto Proposta Governista (16,4%) quanto Proposta Alternativa (5,5%) se situaram nas discussões relativas à tramitação das propostas no Congresso Nacional, enquanto a categoria Mobilização Social (15,6%), em quinto lugar, representou publicações que exibiram manifestações de rua, mobilizações artísticas e reuniões da sociedade civil organizada que reivindicaram a redução da jornada.

O tema da Família (8,6%) obteve consistência no debate e apontou que o fortalecimento do convívio familiar se tornou um relevante objetivo difundido no debate digital. Tal fato chama atenção para a Figura 1 desta pesquisa, que mostrou um panfleto de manifestação popular na França de 1919 visualmente baseado nas necessidades familiares para justificar à época a redução da jornada. No contexto

brasileiro atual, esse dado demonstra que o argumento persiste e se propaga em manifestações como a do 1º de maio de 2026:

Figura 7 - Manifestação no 1º de Maio de 2026.



Fonte: foto de post da Mídia Ninja, 2026.

A figura acima, retirada de post da Mídia Ninja¹⁶, reflete que, embora o tema Família se entrelace com o da Saúde, pois diversas menções que abordaram o convívio familiar também citaram o descanso e a saúde entre as prioridades, as publicações deste grupo utilizaram a família como argumento principal. “Hoje é um dia importante para a dignidade da família, de quem constrói o Brasil todos os dias”, afirmou o presidente Lula em post¹⁷ que relatou o envio de projeto de lei, com urgência constitucional, propondo a redução da jornada. Outros perfis comentaram o “direito de ver os filhos crescerem”, as mulheres e mães solas sobrecarregadas por jornadas exaustivas, que combinam o trabalho aos cuidados domésticos e desempenham uma “dupla” ou “tripla” jornada.

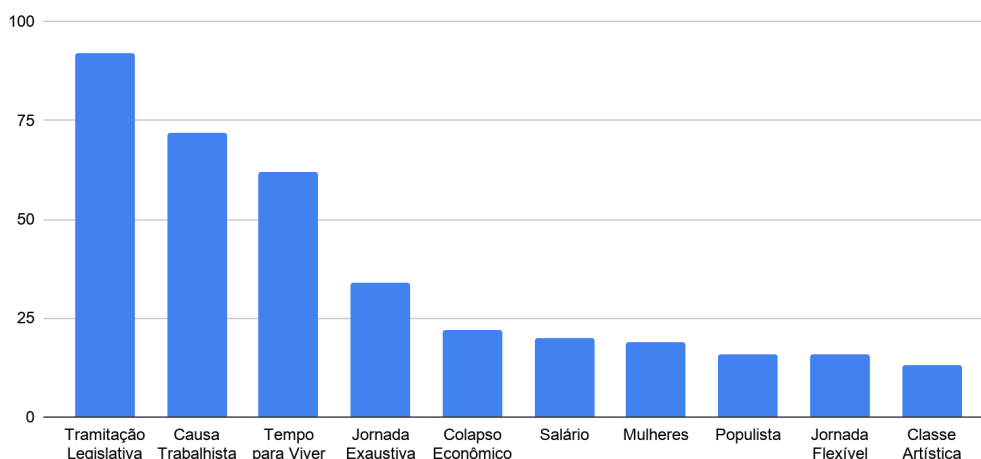
Em Legislação Internacional (1%), perfis citaram inovações legislativas de países como o México, que reduziu neste ano a jornada semanal máxima de 48 horas para 40, e a Argentina, que ampliou a possibilidade da jornada diária de 08 para 12 horas.

¹⁶ Post da Mídia Ninja: <https://www.instagram.com/p/DXzN06ZkT-/>

¹⁷ Post do presidente Lula:
<https://www.instagram.com/reel/DXIYltOjmAj/>

Para cada post foi classificado um subtópico, ou seja, um assunto que margeia o argumento principal. O resultado gerou o Gráfico 6:

Gráfico 6 - Subtópicos que compõem a argumentação.



Fonte: elaboração própria a partir dos dados, 2026.

Os 10 subtópicos mais frequentes foram “Tramitação Legislativa”, “Causa Trabalhista”, “Tempo para Viver”, “Jornada Exaustiva”, “Colapso Econômico”, “Salário”, “Mulheres”, “Populista”, “Jornada Flexível” e “Classe Artística”.

Na tabela abaixo disponibilizaram-se posts que ilustraram o teor narrativo de cada categoria:

Tabela 7 - Publicações que ilustram as categorias.

Tema	Publicador	Descrição de posts no Instagram
Economia	Fábio Ostermann	“Infelizmente, o debate em torno da redução da jornada de trabalho foi sequestrado por populistas de esquerda que se recusam a aceitar a realidade. Se a proposta eleitoral que prevê o fim da escala 6x1 for aprovada, a economia brasileira se tornará ainda menos competitiva e as condições de trabalho, ainda mais precárias”. Disponível em: https://www.instagram.com/reel/DV9pf87gMG2/
Saúde	Letícia Colin	“A escala 6x1 é um projeto político. Um sistema que foi criado pra manter o trabalhador exausto, sem saúde mental, sem viver em família, sem estudar, sem poder ter lazer. E os donos das empresas? Cada vez mais ricos. Tempo é dignidade pra existir. Acompanhe a votação e compartilhe. Deixe o link na Bio e nos stories! ?? 🤔 #FimDaEscala6x1”. Disponível em: https://www.instagram.com/reel/DY2ojlPouda/
Disputa Política	Sâmia Bomfim	“Entreguei ao Nikolas o presente que ele merece por mentir tanto sobre o fim da escala 6x1. Mesmo com todos os ataques da extrema-direita, hoje o povo venceu!”. Disponível em: https://www.instagram.com/reel/DY2x1vMMEZf/

Proposta Governista	Érika Hilton	“?? FIM DA ESCALA 6x1: TODOS OS OLHOS NO SENADO!”. Disponível em: https://www.instagram.com/p/DZBQDedmGB0/
Mobilização Social	Mídia Ninja	“Via nat.boulos No Dia do Trabalhador, ir às ruas contra a escala 6x1 é enfrentar um modelo que normaliza a exaustão e rouba o tempo de viver. É na rua que essa conta é cobrada e que a pressão por mudança ganha força”. Disponível em: https://www.instagram.com/p/DXzN06ZkT-_/
Família	Mídia Ninja	“73% dos brasileiros querem o fim da escala 6x1. Não é opinião isolada. Não é pauta de nicho. É o povo dizendo que não aguenta mais viver só pra trabalhar. A escala 6x1 significa mãe e pai que quase não veem os filhos. Significa juventude sem tempo pra estudar. Significa corpo cansado e mente esgotada. Enquanto isso, quem está na ponta segurando mercado, hospital, shopping, fábrica e aplicativo sabe o peso dessa rotina. A periferia sabe: tempo também é dignidade. Trabalhar é direito. Descansar também deve ser!”. Disponível em: https://www.instagram.com/p/DU8RdGukZr5/
Proposta Alternativa	Maurício Marcon	“Desmontando ponto por ponto o relatório sobre o fim da escala 6x1”. Disponível em: https://www.instagram.com/reel/DYzM4gYxTpV/
Legislação Internacional	Mídia Ninja	“O Senado do México aprovou, nesta quarta feira (11), a reforma constitucional que reduz a jornada semanal de trabalho de 48 horas para 40. A proposta que integra a agenda social do governo da presidente Claudia Sheinbaum, na defesa de políticas voltadas à valorização do trabalho, recebeu 121 votos a favor e representa avanços significativos na legislação do país. O texto altera diretamente o Artigo 123 da Constituição Política dos Estados Unidos Mexicanos e prevê que a mudança seja implementada de maneira gradual, com redução de duas horas por ano até 2030. Trabalhar menos horas não significa produzir menos, mas sim viver melhor, afirmou a senadora Geovanna Bañuelos de la Torre, presidente da Comissão de Trabalho e Seguridade Social, durante a apresentação do projeto de lei. Após a aprovação no Senado, o texto segue agora para análise da Câmara dos Deputados, onde deverá ser debatido e votado. Caso seja confirmado, o México se juntará a outros países que já adotam a jornada semanal de 40 horas como padrão legal, consolidando um novo marco nas relações de trabalho na América Latina”. Disponível em: https://www.instagram.com/p/DUqhqsxkePB/

Fonte: elaboração própria a partir dos dados, 2026.

Ao avaliar os dados para atender ao objetivo específico c) de verificar conteúdos potencialmente desinformativos, o critério adotado não foi o de acolher o argumento ou a denúncia do próprio publicador, pois, entre as 147.733 publicações, os termos “fake” ou “mentira” estiveram presentes em 936 menções, mas optou-se por considerar a apuração de Agências de Checagem, que possuem um método socialmente validado para classificar conteúdos desinformativos. Partindo dessa premissa, três publicações se evidenciaram. A primeira, da página Aos Fatos¹⁸, no Facebook, esclareceu que é falsa a informação de que o senador Flávio Bolsonaro (PL-RJ), pré-candidato à Presidência da República, tenha prometido impedir o fim da escala 6x1, caso seja eleito presidente. A segunda, do Estadão Verifica¹⁹, no X, disse que é enganosa a notícia segundo a qual o deputado Tiririca (PSD-SP) tenha,

¹⁸ Aos Fatos, no Facebook: <https://www.facebook.com/759095179551746/posts/1601195798675009>

¹⁹ Estadão Verifica, no X: <https://x.com/estadaoverifica/status/2042719821305938217>

discussão e tomariam uma proporção na figura que dificultaria a visualização dos demais. Portanto, aplicada a regra de exceção, o termo “Mais”, que está diretamente ligado aos termos “Vida”, “Tempo”, “Saúde”, “Descanso”, “Dignidade” e “Mental”, e dialoga com os subtópicos “Tempo para Viver” e “Jornada Exaustiva” do Gráfico 5, apresentou-se como o mais repetido. Expressões como “mais do que horas no relógio”; “mais qualidade de vida”; “mais tempo para viver”; “escalas mais humanas”; “mais dignidade”; “toda mãe merece mais tempo” e “o povo não aguenta mais” marcaram os conteúdos.

6 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Das três hipóteses levantadas nesta pesquisa, 2 foram confirmadas e 1 foi falseada. A hipótese (i) dizia que, nas redes, o engajamento favorável à proposta superaria o engajamento desfavorável. Conjectura confirmada, pois a maioria (88%) do engajamento se mostrou positivo, corroborado por enquetes e estudos do Congresso, petições públicas e levantamentos de institutos de pesquisa que demonstraram a alta adesão à proposta. O amplo apoio da sociedade à redução da jornada, expressado nas redes, questiona o discurso econômico contrário, rejeita o fim da escala 6x1 com redução salarial e indica a relevância dos ambientes digitais nas mobilizações trabalhistas da contemporaneidade.

A hipótese (ii) previa que o segmento político alinhado ao Governo Federal vigente, os “governistas”, concentraria o maior volume de publicações. Suposição que se comprovou com os dados coletados. De fato, apurou-se a predominância dos governistas, que representaram 67% do volume de menções e 72% do engajamento da amostra, superando a movimentação opositora nas redes sobre o tema.

Por fim, a hipótese (iii), segundo a qual o termo “Saúde” figuraria entre os três termos mais recorrentes do debate, não se comprovou e foi falseada. O termo “Saúde” foi o 9º mais recorrente, já em 1º lugar ficou “Vida” e, em 2º, consolidou-se “Tempo”. Implica inferir que, pela lógica argumentativa traçada nas redes, dispor de Tempo é dispor de Vida, assim como “Salário”, “Luta” e “Direito” foram termos consecutivos e sugerem que, para os usuários, a conquista de direitos sem a redução salarial está fundamentalmente ligada à “Luta”, à mobilização social e à pressão popular. Outra inferência possível se baseia na subsequência das palavras “Família”, “Dignidade”, “Descanso”, “Saúde” e “Qualidade”, que demonstram que a percepção popular do significado de saúde endossa o conceito multidisciplinar da OMS de que não é apenas a ausência de doença, mas um estado de bem-estar físico, mental e social. Desta forma, embora não tenha sido recorrente enquanto palavra, Saúde (17,4%) se tornou a segunda mais frequente temática, após Economia (18,2%).

A presente pesquisa se debruçou sobre o objetivo geral, ao verificar os temas relevantes do debate nas redes sociais, Economia e Saúde, e apontar os atores mais influentes, com destaque para a deputada Érika Hilton (PSOL-SP), o presidente Lula (PT), a Mídia Ninja e o deputado Nikolas Ferreira (PL-MG). O “raio x”

dos conteúdos expressou pleitos históricos que persistem nas mobilizações trabalhistas. A tecnologia mudou o formato, mas “jornada” e “salário” permaneceram no centro das reivindicações. Aquelas pessoas escravizadas que se insurgiram na fazenda Santana, em 1789, encerraram a mensagem enviada ao senhor pedindo tempo para “brincar, folgar e cantar”, tempo de vida e descanso e tempo para investir em si mesmas. Os negros que fugiram para os quilombos buscavam direito à liberdade, à vida, à dignidade, para dispor do seu próprio tempo, do seu próprio corpo, almejavam mudanças. O líder dos padeiros, João de Mattos, cobrava melhores condições e jornadas menos exaustivas. Os compositores tipógrafos pediam aumento salarial, descanso remunerado e lamentavam a situação da juventude que envelhecia “sob o rigor do trabalho cotidiano” que não era interrompido para “o descanso de um dia sequer na semana”. Os grevistas de 1907 e 1917 lutavam por jornadas menos exaustivas, inspirados em movimentos semelhantes aos dos trabalhadores norte-americanos de Chicago, em 1886, que morreram na “Revolta de Haymarket” exigindo a limitação de jornadas em oito horas diárias.

Da mesma forma, Rick Azevedo, descrito nas redes como um homem preto e gay, reclamou da exaustão que vivenciava como balconista de farmácia, insatisfação acolhida pela deputada federal Erika Hilton, descrita nas redes como uma mulher trans e preta, ambos integrantes da estatística que disse que a escala 6x1 tem “raça”, pois é majoritariamente exercida por pessoas pretas e pardas (62,68%). Os dados coletados corroboraram essa perspectiva e registraram “Tempo para Viver” e “Jornadas Exaustivas” entre os principais argumentos. É possível inferir, portanto, que o conceito de “dano existencial”, aqui debatido por Delgado (2019) e Marques e Garcia (2019), no sentido de lesão ao tempo adequado para o indivíduo usufruir de tempo pessoal, familiar e social, ainda se mantém tensionado entre empregado e empregador.

Entretanto, algumas novas provocações podem ser pertinentes para futuras investigações acadêmicas: Sabendo que os números apontaram alta adesão popular à PEC do fim da escala 6x1 sem redução salarial, por que Nikolas Ferreira, ao defender a PEC do trabalho flexível, obteve uma média de interações por posts bem mais alta do que perfis governistas, que pregaram a PEC do fim da escala 6x1? sem redução salarial? O algoritmo das redes sociais tem vieses pré-programados? Privilegia algum estilo de publicação, segmento ou discurso? Qual o possível

impacto do algoritmo em debates digitais que tensionam Economia *versus* Saúde do Trabalhador? O algoritmo tende a valorizar a lógica de mercado? As mobilizações digitais podem diminuir as mobilizações nas ruas em quantidade e em volume? As mobilizações digitais contra a exaustão no trabalho ignoram o potencial das redes sociais para causar exaustão em seus usuários? Quais potenciais impactos da inteligência artificial nos debates digitais? A produção legislativa pode ficar refém daquilo que viraliza ou não nas redes? É necessário avaliar quais são os interesses das empresas que controlam as redes sociais digitais e as potenciais interferências no debate público? A ideia de justiça social, apontada por Leite (2026) como uma das causas do Direito do Trabalho, requer algum tipo de regulamentação das redes sociais para ser efetivada?

REFERÊNCIAS

AZEVEDO, Rick. **Até quando essa Escravidão? #clt #escala6x1 #fy**. TikTok, 2023. Disponível em: <https://www.tiktok.com/@rickazzevedo/video/7278273865241988358>.

BARDIN, Laurence. **Análise de Conteúdo**. São Paulo: Edições 70, 2016.

BRASIL. **Decreto nº 1.313, de 17 de janeiro de 1891**. Estabelece providências para regularizar o trabalho dos menores empregados nas fábricas da Capital Federal. Rio de Janeiro, 1891. Disponível em: <https://www2.camara.leg.br/legin/fed/decret/1824-1899/decreto-1313-17-janeiro-1891-498588-publicacaooriginal-1-pe.html>.

_____. **[Código de Menores]**. Decreto nº 17.943-A, de 12 de outubro de 1927. Consolida as leis de assistência e proteção a menores. Rio de Janeiro, 1927. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/decreto/1910-1929/D17943A.htm.

_____. **Decreto nº 21.186, de 22 de março de 1932**. Regula o horário para o trabalho no comércio. Rio de Janeiro, 1932. Disponível em: <https://www2.camara.leg.br/legin/fed/decret/1930-1939/decreto-21186-22-marco-1932-524876-publicacaooriginal-1-pe.html>.

_____. **[Constituição (1934)]**. Constituição da República dos Estados Unidos do Brasil. Rio de Janeiro, 1934. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/constituicao/constituicao34.htm.

_____. **[Código Penal (1940)]**. Decreto-Lei nº 2.848, de 7 de dezembro de 1940. Rio de Janeiro, 1934. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/decreto-lei/del2848compilado.htm.

_____. **[Consolidação das Leis do Trabalho (1943)]**. Decreto-Lei nº 5.452, de 1º de maio de 1943. Aprova a Consolidação das Leis do Trabalho. Rio de Janeiro, 1943. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/decreto-lei/del5452.htm.

_____. **[Constituição (1988)]**. Constituição da República Federativa do Brasil. Brasília, DF: Senado Federal, 1988. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/constituicao/constituicao.htm.

_____. Ministério do Trabalho e Previdência. **Portaria MTP nº 671, de 8 de novembro de 2021**. Regulamenta disposições relativas à legislação trabalhista, à inspeção do trabalho, às políticas públicas de emprego e às relações de trabalho. Brasília, DF: Ministério do Trabalho e Previdência, 2021. Disponível em: <https://www.gov.br/trabalho-e-emprego/pt-br/assuntos/legislacao/portarias-1/portarias-vigentes-3/portaria-no-671-de-8-de-novembro-de-2021-compilada-20-10-2023.pdf/view>.

_____. Congresso Nacional. **Proposta de Emenda à Constituição nº 8, de 2025.** **Ementa:** Dá nova redação ao inciso XIII, do artigo 7º da Constituição Federal para dispor sobre a redução da jornada de trabalho para quatro dias por semana no Brasil. Brasília, DF: Câmara dos Deputados, 2025. Disponível em: <<https://www.camara.leg.br/proposicoesWeb/fichadetramitacao?idProposicao=2485341>>.

_____. Câmara dos Deputados. **Fim da escala de trabalho 6x1 mobiliza canais da Câmara** - 13/7/26. 2026. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=iusTI_YtTQc>.

_____. **[Ratificação de Convenções e Recomendações da OIT (2019)]**. Decreto nº 10.088 de 5 de novembro de 2019. Consolida atos normativos editados pelo Poder Executivo Federal que dispõem sobre a promulgação de convenções e recomendações da Organização Internacional do Trabalho - OIT ratificadas pela República Federativa do Brasil. Brasília, DF: Presidência da República, 2019. Disponível em: <https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2019-2022/2019/decreto/d10088.htm>.

CNI. [Confederação Nacional da Indústria]. **Carta Circular n. 75/2026-Pres**. Brasília: CNI, 2026. Disponível em: <https://static.portaldaindustria.com.br/portaldaindustria/noticias/media/filer_public/62/69/626929e5-96fe-485d-8efd-b3dad12183de/carta_da_cni_ao_parlamentares.docx>.

CONFÉDÉRATION GÉNÉRALE DU TRAVAIL. **Panfleto Francês Pró-redução da Jornada de Trabalho de 1919**. CGT, 2026. Disponível em: <<https://cgtcochin.over-blog.com/2023/04/23-avril-1919-la-journee-de-8h-est-votee-e-n-france-dans-la-suite-de-la-revolution-d-octobre.html>>.

COSTA, Rafael Maul de Carvalho. **Escravizados na Liberdade: abolição, classe e cidadania na Corte Imperial**. Rio de Janeiro: Prefeitura do Rio: Casa Civil: Arquivo Geral da Cidade do Rio de Janeiro, 2014. Disponível em: <http://www.rio.rj.gov.br/dlstatic/10112/4204431/4133601/escravizados_liberdade.pdf>.

DALLE, Isaías. **1917-2017: 100 anos de Greve Geral – passado ou futuro?** São Paulo: Fundação Perseu Abramo, 2017. Disponível em: <https://fpabramo.org.br/wp-content/uploads/2017/12/17-Web_100-ANOS-DE-GREVE-GERAL_AF6.pdf>.

FOLHA DE S.PAULO. **Datafolha:** apoio ao fim da escala 6x1 cresce e chega a 71% dos brasileiros. Folha de S.Paulo, São Paulo, 2026. Disponível em: <<https://www1.folha.uol.com.br/mercado/2026/03/datafolha-apoio-ao-fim-da-escala-6x1-cresce-e-chega-a-71-dos-brasileiros.shtml>>.

DELGADO, Mauricio Godinho. **Curso de Direito do Trabalho**. 18 ed. São Paulo: LTr, 2019.

DELGADO, Mauricio Godinho. A jornada no direito do trabalho brasileiro. **Revista do Tribunal Regional do Trabalho 3ª Região**, Belo Horizonte, v. 25, n. 54, p. 173-203, jul. 1994/jun. 1995. Disponível em: <https://as1.trt3.jus.br/bd-trt3/handle/11103/27168>.

ESCRAVIZADOS DA FAZENDA SANTANA. **Tratado Proposto a Manuel da Silva Ferreira pelos seus Escravos Durante o Tempo em que se Conservaram Levantados em 1789**. Projeto Impressões Rebeldes: Universidade Federal Fluminense. Disponível em: <https://www.historia.uff.br/impressoesrebeldes/2022/wp-content/uploads/2013/07/SAN1789.1-Tratado-proposto-por-escravos.pdf>.

FERREIRA, Matheus Barrientos. Greve geral de 1917: consolidação e construção do movimento operário dentro da cidade de São Paulo – através do prisma do jornal A Plebe. **História Social**, v. 19, n. 27/28, p. 354-383, 2024. Disponível em: <https://ojs.ifch.unicamp.br/index.php/rhs/article/view/5283>.

HENRIQUE, Antonio. MEDEIROS, João Bosco. **Metodologia Científica na Pesquisa Jurídica**. 9. ed., rev. e reform. São Paulo: Atlas, 2017. Disponível em: http://www.adm.ufrpe.br/sites/www4.deinfo.ufrpe.br/files/Metodologia_Cienti%CC%81fica_na_Pesquisa.pdf.

LEITE, Carlos Henrique Bezerra. **Curso de Direito do Trabalho**. 18. ed. São Paulo: Saraiva Jur, 2026. Disponível em: <https://integrada.minhabiblioteca.com.br/reader/books/9786551771897/>.

LIMA, Fábio Nunes de. **A Redução da Jornada de Trabalho como Fator Implementador do Direito à Saúde e ao Lazer do Trabalhador**. 2013. Dissertação (Mestrado em Direito do Trabalho) - Pontifícia Universidade Católica, São Paulo, 2013. Disponível em: <https://tede2.pucsp.br/bitstream/handle/6169/1/Fabio%20Nunes%20de%20Lima.pdf>.

LINO, André Rezende Soares. **Da Fiscalização ao Julgado**: por uma interpretação adequada da jornada exaustiva. 2024. Dissertação (Mestrado em Direito) - Faculdade de Direito, Universidade Federal de Minas Gerais, Belo Horizonte, 2024. Disponível em: <https://repositorio.ufmg.br/items/0906e0f5-80c1-4cd2-9ca0-b0789f25bf29>.

MARQUES, Fabíola; GARCIA, Rafael Diego. O dano existencial na jornada habitual e exaustiva de trabalho. **Revista Jurídica Luso-Brasileira**, Lisboa, ano 5, n. 4, p. 841-0869, 2019. Disponível em: https://www.cidp.pt/revistas/rjlb/2019/4/2019_04_0841_0869.pdf.

MARTINS, Sérgio Pinto. **Direito do Trabalho**. 42. ed. São Paulo: SaraivaJur, 2026. Disponível em: [https://integrada.minhabiblioteca.com.br/reader/books/9786551770890/epubcfi/6/26\[%3Bvnd.vst.idref%3DChapter01\]!/4](https://integrada.minhabiblioteca.com.br/reader/books/9786551770890/epubcfi/6/26[%3Bvnd.vst.idref%3DChapter01]!/4).

MARX, Karl. **O Capital**: a crítica da economia política. Tradução de Rubens Enderle. São Paulo: Boitempo, 2023. Disponível em: <<https://www.gepec.ufscar.br/publicacoes/livros-e-colecoes/marx-e-engels/o-capital-livro-1.pdf>>.

MATTOS, Marcelo Badaró. Trajetórias entre fronteiras: o fim da escravidão e o fazer-se da classe trabalhadora no Rio de Janeiro. **Revista Mundos do Trabalho**, Florianópolis, v. 1, n. 1, p. 51–64, 2009. Disponível em: <<https://periodicos.ufsc.br/index.php/mundosdotrabalho/article/view/1984-9222.2009v1n1p51/9165>>.

MATTOS, Marcelo Badaró. Recuando no tempo e avançando na análise: novas questões para os estudos sobre a formação da classe trabalhadora no Brasil. In: GOLDMACHER, Marcela; MATTOS, Marcelo Badaró; TERRA, Paulo Cruz (org.). **Faces do trabalho**: escravizados e livres. Niterói: EdUFF, 2010. p. 11-26. Disponível em: <<https://app.homologacao.uff.br/riuff/handle/1/15265>>.

NEXUS – PESQUISA E INTELIGÊNCIA DE DADOS. **73% dos brasileiros são a favor do fim da escala 6x1 sem redução salarial**, aponta Nexus. Brasília: Nexus, 2026. Disponível em: <<https://www.nexus.fsb.com.br/estudos-divulgados/73-dos-brasileiros-sao-a-favor-do-fim-da-escala-6x1-sem-reducao-salarial-aponta-nexus/>>.

OMS. **Constituição da Organização Mundial de Saúde**. Nova Iorque: OMS, 1946. Disponível em: <<https://apps.who.int/gb/bd/PDF/bd47/EN/constitution-en.pdf?ua=1>>.

PASQUALETO, Olívia de Quintana Figueiredo. **Proteção da Saúde e Segurança do Trabalhador**: influência do Direito Internacional. São Paulo: Almedina, 2021. Disponível em: <<https://integrada.minhabiblioteca.com.br/reader/books/9786556272306/pageid/4>>.

QUEIROZ, Marcos Vinícius Lustosa. Clóvis Moura e Florestan Fernandes: interpretações marxistas da escravidão, da abolição e da emergência do trabalho livre no Brasil. **Revista Fim do Mundo**, Marília, SP, v. 2, n. 4, p. 254–280, 2021. DOI: 10.36311/2675-3871.2021.v2n4.p254-280. Disponível em: <<https://revistas.marilia.unesp.br/index.php/RFM/article/view/11139>>.

SÁ, Emerson V. H. Costa de; LIMA, Francisco P. R. Marques de. **Por uma jornada mais humana**: impactos da redução da carga horária na saúde laboral. In: Dossiê: Fim da escala 6x1 e redução da jornada de trabalho. Campinas: CESIT/Unicamp, 2026. Artigo 30. Disponível em: <<https://pesquisa.ie.unicamp.br/wp-content/uploads/sites/62/2026/01/Artigo-23.pdf>>.

SANTOS, Sérgio Valverde Marques dos. GALLEGUILLOS, Pamela Elis Astorga. TRAJANO, Josiana Dias Silva. **Saúde do Trabalhador**. Porto Alegre: SAGAH, 2019. Disponível em: <<https://integrada.minhabiblioteca.com.br/reader/books/9788595029514/pageid/1>>.

SILVA SEGUNDO, Sanderli José da. **Análise de Aceitação de Tecnologia no Ambiente da Biblioteca Virtual Paul Otlet**. João Pessoa: UFPB, 2018. Dissertação

(Mestrado em Ciência da Informação) - Universidade Federal da Paraíba, João Pessoa, 2018. Disponível em: <https://repositorio.ufpb.br/jspui/handle/123456789/13035?locale=pt_BR>.

SILVA, Wanise Cabral; ANTUNES, Ludmila Rodrigues; RODRIGUES, Mariane Pereira. **O peso do trabalho e os corpos que aguentam**: quem são os corpos que sustentam as estruturas da escala 6x1. In: Dossiê: Fim da escala 6x1 e redução da jornada de trabalho. Campinas: CESIT/Unicamp, 2026. Artigo 29. Disponível em: <<https://pesquisa.ie.unicamp.br/wp-content/uploads/sites/62/2026/01/Artigo-29.pdf>>.

TEBALDI, Eliegi. **A Redução da Jornada de Trabalho e seus Impactos no Direito do Trabalho**. São Paulo: USP, 2012. Dissertação (Mestrado em Direito do Trabalho) - Universidade de São Paulo, São Paulo, 2012. Disponível em: <https://teses.usp.br/teses/disponiveis/2/2138/tde-26082013-163949/publico/Eliegi_Tebaldi_ME.pdf>.

TOLEDO, Edilene. Um ano extraordinário: greves, revoltas e circulação de ideias no Brasil em 1917. **Estudos Históricos**, Rio de Janeiro, v. 30, n. 61, p. 497-518, maio/ago. 2017. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/eh/a/4pzvZkq8Cmf54NrbCfC7pCD/?format=pdf&lang=pt>>.

TRIBUNAL REGIONAL DO TRABALHO DA 7ª REGIÃO. **Linha do Tempo: O Brasil, o trabalho e a legislação**. Fortaleza: TRT7, 2026. Disponível em: <https://memo.trt7.siabi.cloud/linha_do_tempo>.

VAT. **Movimento Vida Além do Trabalho**: homepage. 2026. Disponível em: <<https://www.vidaalemdotrabalho.com.br/>>.

VITORINO, Artur José Renda. Escravidão, proletários e a greve dos compositores tipográficos de 1858 no Rio de Janeiro. **Cadernos AEL**, Campinas, v. 6, n. 10/11, p. 71-106, 1999. Disponível em: <<https://ojs.ifch.unicamp.br/index.php/ael/article/view/2479>>.

XIMENES, Julia Maurmann. **A Pesquisa Científica Aplicada ao Direito**. São Paulo: Mackenzie, 2021.