



PROJETO DE LEI Nº , DE 2025
(Do Sr. VICENTINHO)

Altera a Consolidação das Leis do Trabalho (CLT), aprovada pelo Decreto-Lei n.º 5.452, de 1943, para dispor sobre a redução da jornada de trabalho semanal, bem como a proibição de trabalho aos sábados.

O Congresso Nacional decreta:

Art. 1º Esta Lei altera a Consolidação das Leis do Trabalho (CLT), aprovada pelo Decreto-lei nº 5.452, de 1º de maio de 1943, para dispor sobre a redução da jornada de trabalho semanal, bem como a proibição de trabalho aos sábados.

Art. 2º A Consolidação das Leis do Trabalho, aprovada pelo Decreto-Lei n.º 5.452, de 1º de maio de 1943, passa a vigorar com as seguintes alterações:

“Art. 58. A duração normal do trabalho dos empregados em qualquer atividade privada será de, no máximo, 8 (oito) horas diárias e, no máximo, 40 (quarenta) horas semanais, cumpridas, preferencialmente, entre segunda-feira e sexta-feira, observada a irredutibilidade salarial, ressalvada a hipótese de autorização por convenção ou acordo coletivo, nos termos do art. 67-A desta Consolidação.”
(NR).....
.....
.....

“Art. 67-A. É vedado o trabalho aos sábados, salvo quando autorizado por convenção ou acordo coletivo, com adicional de, no mínimo, 50% (cinquenta por cento) sobre o valor da hora normal ou compensação de jornada por meio de redução equivalente em outro dia da semana”.



Art. 3º Esta Lei entra em vigor 360 (trezentos e sessenta e cinco) dias após sua publicação.

JUSTIFICAÇÃO

Este Projeto de Lei propõe a redução da jornada de trabalho no Brasil de 44 (quarenta e quatro) horas para 40 (quarenta) horas semanais, sem redução salarial, com o objetivo de promover a saúde, dignidade e qualidade de vida dos trabalhadores, bem como o desenvolvimento socioeconômico do país. A proposta visa atualizar a legislação trabalhista brasileira, adequando-a aos avanços tecnológicos, sociais e às boas práticas internacionais.

A jornada de trabalho no modelo 6x1 (seis dias trabalhados com um dia de descanso) acarreta diversos problemas que comprometem tanto o bem-estar dos trabalhadores quanto a produtividade organizacional.

A sobrecarga laboral contribui significativamente para transtornos relacionados ao estresse, fadiga crônica e síndrome de *burnout*. Em 2024, foram registradas 472.328 licenças médicas no trabalho por transtornos mentais e comportamentais, o maior número em uma década, representando um aumento de 68% em relação ao ano anterior. Esse cenário evidencia o impacto negativo das jornadas extensas na saúde mental e física dos trabalhadores, comprometendo o sistema imunológico, aumentando a incidência de doenças ocupacionais e elevando o absenteísmo e os afastamentos médicos.

Estudos da Organização Mundial da Saúde (OMS) e da Organização Internacional do Trabalho (OIT) reforçam essa preocupação. Em 2016, longas jornadas de trabalho foram associadas a 745 mil mortes por acidente vascular cerebral e doenças isquêmicas do coração. Nos últimos 15 anos, o número de óbitos por doenças cardíacas causadas por jornadas excessivas cresceu 42%, enquanto os relacionados a acidentes vasculares cerebrais aumentaram 19%. Além disso, jornadas prolongadas provocam declínio na concentração, aumento de erros e redução da criatividade, gerando



custos adicionais com retrabalho e impactando negativamente a eficiência laboral.

A jornada 6x1 também limita o tempo disponível para o lazer, o consumo e a participação em atividades econômicas, afetando setores como turismo, entretenimento e comércio. Paralelamente, reduz o engajamento cívico e comunitário do trabalhador, enfraquecendo o tecido social. A falta de tempo para recuperação e interação social compromete a qualidade de vida, gerando impactos que vão além do ambiente de trabalho.

Diante desse cenário desfavorável, a implementação de uma jornada de trabalho de 40 (quarenta) horas semanais produzirá benefícios significativos. A redistribuição das horas de trabalho pode aumentar a oferta de empregos, já que uma mesma atividade laboral será compartilhada por mais trabalhadores, contribuindo para a redução do desemprego. Dados da OIT indicam que, entre as décadas de 1980 e 2000, países desenvolvidos reduziram em média 6 horas na jornada semanal, alcançando cerca de 38 horas, o que resultou em ampliação das oportunidades de emprego, especialmente nos setores de serviços e comércio.

Além disso, a redução da carga horária favorece a saúde física e mental do trabalhador, diminuindo a incidência de transtornos como a síndrome de *burnout*, que é classificada como um transtorno relacionado ao trabalho, decorrente de ritmos laborais penosos e dificuldades físicas e mentais. De igual forma, a redução da jornada estimula inovações organizacionais e tecnológicas. As organizações empresariais precisarão ajustar seus fluxos de trabalho, o que pode levar à adoção de novas ferramentas e processos que aumentem a produtividade e melhorem o atendimento aos clientes.

O Projeto estabelece que a redução de jornada ocorra sem redução salarial proporcional, a fim de se resguardar o equilíbrio financeiro dos trabalhadores, minorando o efeito adverso da diminuição salarial. Também foi estipulada a proibição de trabalho aos sábados, reforçando que o cumprimento normal da jornada semanal deve ocorrer entre segunda e sexta-feira. Entretanto, considerando que há setores da atividade econômica em que o trabalho nesse dia é necessário, o Projeto previu, como medida de exceção, a



autorização de trabalho por meio de negociação coletiva, desde que ocorra o pagamento do adicional de, no mínimo, 50% (cinquenta por cento) sobre o valor da hora normal ou a compensação de jornada por meio de redução equivalente em outro dia da semana

A fim de garantir uma transição eficaz para o novo modelo de jornada, o Projeto estabeleceu um prazo de 365 (trezentos e sessenta e cinco) dias para a entrada em vigor da lei, permitindo tanto as empresas quanto os empregados reestruturarem processos, sistemas e planejamentos de forma adequada.

A redução da jornada de trabalho semanal para 40 (quarenta) horas, sem prejuízo salarial, representa um avanço significativo na promoção da saúde, da qualidade de vida e da eficiência produtiva no Brasil. Ao alinhar-se às recomendações internacionais e às tendências globais de desenvolvimento socioeconômico, este Projeto de Lei não apenas protege os trabalhadores contra os impactos negativos das jornadas excessivas, mas também estimula a geração de empregos, a inovação tecnológica e o fortalecimento do tecido social.

O atual modelo de jornadas extensas, com trabalho quase ininterrupto de segunda a sábado, tem gerado um rastro silencioso de sofrimento mental, marcado pelo aumento alarmante de casos de estresse, depressão, ansiedade e síndrome de burnout. Por trás das estatísticas estão homens e mulheres que carregam no corpo e na alma as consequências de um tempo de vida reduzido apenas à sobrevivência.

Reduzir a jornada semanal para 40 horas é abrir espaço para que cada trabalhador e trabalhadora possa passar mais tempo com sua família, acompanhar o crescimento de seus filhos, cuidar de sua saúde, estudar, descansar, amar e viver plenamente. É também permitir uma maior participação política e comunitária, fortalecendo a democracia e o tecido social.

Um trabalhador exausto dificilmente consegue se engajar nas decisões de sua comunidade ou exercer plenamente sua cidadania. Se o povo, fonte do poder em uma democracia, é impedido de participar das decisões políticas porque está sendo exaurido no trabalho, então não vivemos em um regime democrático em sua plenitude. É preciso corrigir essa distorção.



Essa medida busca restituir ao povo brasileiro o direito ao tempo livre como patrimônio social, reconhecendo que o desenvolvimento não se mede apenas em índices econômicos, mas também na qualidade da vida vivida. Ao alinhar-se às melhores práticas internacionais e aos compromissos da OIT, o Brasil reafirma que o trabalho deve estar a serviço da vida, e não o contrário.

A implementação dessa redução de jornada reflete não apenas uma questão de economia, produtividade ou geração de empregos, mas sobretudo de dignidade humana. O trabalho é um direito fundamental, mas não pode se converter em fardo capaz de adoecer, desestruturar famílias e enfraquecer o convívio social. Ao aprovar este avanço histórico, esta casa assume o compromisso com um modelo de trabalho mais humano, sustentável e equitativo, capaz de atender às demandas contemporâneas e de contribuir para um futuro mais próspero e inclusivo.

Ante o exposto, solicitamos o apoio dos demais parlamentares para a aprovação desta proposição.

Sala das Sessões, em de de 2025.

Deputado VICENTINHO (PT/SP)

