

COMISSÃO DE DIREITOS HUMANOS, MINORIAS E IGUALDADE RACIAL

REQUERIMENTO Nº DE 2026 (Dos(as) Srs. Luiz Couto e Alice Portugal)

Requer a realização de audiência pública para debater os impactos da escala 6x1 sobre a dignidade da pessoa humana, a saúde das trabalhadoras e dos trabalhadores e a necessidade de superação desse modelo de jornada no Brasil.

Senhor Presidente,

Requeiro, nos termos regimentais, a realização de audiência pública, no âmbito da Comissão de Direitos Humanos, Minorias e Igualdade Racial, para debater os impactos da escala 6x1 sobre a saúde física e mental, a convivência familiar e comunitária, o direito ao descanso, ao lazer e à dignidade das trabalhadoras e dos trabalhadores brasileiros, bem como discutir alternativas legislativas, bem como a PEC 8/25 - de autoria da deputada Erika Hilton (Psol-SP); e a PEC 221/19, de autoria do deputado Reginaldo Lopes (PT-MG) e institucionais voltadas à superação desse modelo de jornada.

Sugestão de convidados

1. Ministro Chefe da Secretária-Geral da Presidência da República – Guilherme Boulos;
2. Deputado Federal Reginaldo Lopes;
3. Representante do Ministério do Trabalho e Emprego;
2. Representante do Ministério dos Direitos Humanos e da Cidadania;
3. Representante do Ministério Público do Trabalho;
4. Representante da Organização Internacional do Trabalho – OIT no Brasil;
5. Ricardo Antunes – sociólogo do trabalho;



6. Graça Druck – pesquisadora da área de trabalho e precarização;
7. Vitor Filgueiras – pesquisador das relações de trabalho;
8. Representante da Central Única dos Trabalhadores – CUT;
9. Representante da Central dos Trabalhadores e Trabalhadoras do Brasil – CTB;
10. Representante do Movimento Vida Além do Trabalho – VAT;
11. Representante de sindicatos de comerciários, trabalhadores de supermercados, telemarketing e serviços terceirizados;
12. Representante de movimentos populares e frentes de defesa do trabalho digno.

JUSTIFICATIVA

A escala 6x1, ainda amplamente praticada em diversos setores da economia, impõe às trabalhadoras e aos trabalhadores uma rotina marcada pela exaustão, pela limitação do convívio familiar e comunitário e pela compressão do tempo necessário ao descanso, ao lazer, ao estudo e ao cuidado com a própria saúde. Ainda que parte da literatura científica trate, de modo mais amplo, das jornadas extensas e da organização do tempo de trabalho, as evidências disponíveis são suficientemente consistentes para demonstrar que regimes laborais com descanso insuficiente e elevada exigência contínua produzem impactos concretos sobre a saúde, o bem-estar e a vida social da classe trabalhadora.

Estudo conjunto da Organização Mundial da Saúde (OMS) e da Organização Internacional do Trabalho (OIT) concluiu que trabalhar 55 horas ou mais por semana está associado a um risco 35% maior de acidente vascular cerebral e 17% maior de morte por cardiopatia isquêmica, em comparação com jornadas de 35 a 40 horas semanais. O mesmo conjunto de evidências aponta que a exposição a jornadas prolongadas se tornou um importante fator de risco ocupacional, com aumento expressivo de mortes relacionadas ao trabalho ao longo do tempo. Tais achados reforçam que a discussão sobre a escala 6x1 não pode ser reduzida à lógica da produtividade, mas deve ser enfrentada como tema de saúde pública, dignidade humana e proteção social.



A OIT também registra que o número de horas trabalhadas, a forma como essas horas são distribuídas e a existência, ou não, de períodos adequados de descanso influenciam profundamente a saúde física e mental, a segurança no trabalho, a vida familiar e a qualidade de vida fora do ambiente laboral. A OMS, por sua vez, reconhece que os riscos psicossociais no trabalho estão diretamente relacionados, entre outros fatores, à carga horária, ao ritmo, à organização do trabalho e ao cronograma de trabalho, elementos que contribuem para estresse, esgotamento, ansiedade e adoecimento mental.

Além disso, revisões sistemáticas e estudos longitudinais têm apontado associação entre jornadas prolongadas e piora de indicadores de saúde mental, inclusive sintomas depressivos, ansiedade, estresse e ideação suicida em determinados grupos ocupacionais. Embora a intensidade dos efeitos varie conforme o setor e as condições de trabalho, o conjunto da literatura converge no sentido de que jornadas extensas e repouso insuficiente aumentam a vulnerabilidade ao adoecimento psíquico e ao desgaste crônico.

O debate ganha contornos ainda mais graves quando se observam seus efeitos desiguais sobre diferentes segmentos da população. No Brasil, dados do IBGE mostram que, em 2022, as mulheres dedicaram, em média, 21,3 horas semanais aos afazeres domésticos e ao cuidado de pessoas, enquanto os homens dedicaram 11,7 horas. O mesmo levantamento revela que mulheres pretas ou pardas gastam, em média, 1,6 hora a mais por semana nessas atividades do que mulheres brancas. Isso significa que a imposição de escalas extenuantes no trabalho remunerado se soma, para milhões de brasileiras, a uma segunda jornada de cuidados invisibilizada e não remunerada.

Essa sobrecarga também possui nítido recorte racial e social. Pesquisa divulgada pelo IPEA e pelo Ministério da Igualdade Racial apontou que 69,9% das pessoas que realizam trabalho doméstico e de cuidados remunerados no Brasil são mulheres negras, revelando que os setores historicamente mais precarizados e mais intensivos em jornadas sacrificantes recaem, em larga medida, sobre parcelas já vulnerabilizadas da população trabalhadora. Assim, o debate sobre a superação da escala 6x1 insere-se, inequivocamente, no campo dos direitos humanos, da justiça social e do enfrentamento das desigualdades estruturais de gênero, raça e classe.



A Constituição Federal consagra o valor social do trabalho e a dignidade da pessoa humana como fundamentos da República, ao mesmo tempo em que assegura direitos sociais voltados à limitação da jornada, ao descanso semanal e à proteção da saúde do trabalhador. Tais garantias não podem ser esvaziadas por uma racionalidade produtivista que naturaliza o cansaço extremo, a supressão da convivência familiar e o adoecimento como preço da subsistência. Ao contrário, o trabalho, em uma ordem democrática, deve ser instrumento de realização, autonomia, proteção e inclusão, e não de sacrifício permanente da vida.

Diante desse quadro, torna-se urgente promover, no âmbito desta Comissão, audiência pública destinada a ouvir especialistas, pesquisadoras e pesquisadores, representantes do poder público, entidades sindicais, movimentos sociais e organizações da sociedade civil, a fim de reunir subsídios técnicos, científicos e sociais para o aprofundamento do debate sobre os impactos da escala 6x1 e para a construção de iniciativas legislativas e políticas públicas voltadas à promoção do trabalho digno, do descanso adequado e de relações laborais mais humanas e justas.

Sala da Comissão, em 27 de fevereiro de 2026.

Deputado Luiz Couto

PT/PB

Deputada Alice Portugal

PcDoB/BA





Requerimento de Audiência Pública

Deputado(s)

- 1 Dep. Luiz Couto (PT/PB) - Fdr PT-PCdoB-PV
- 2 Dep. Alice Portugal (PCdoB/BA)

