

O Fim da Era 6x1: O Marco Histórico da Jornada de Trabalho no Brasil em 2025

A história das relações trabalhistas no Brasil atravessa, em dezembro de 2025, um de seus capítulos mais significativos desde a promulgação da Constituição de 1988. O debate sobre a extinção da escala **6 por 1** — regime onde o trabalhador atua por seis dias consecutivos para ter apenas um de descanso — deixou de ser uma pauta setorial para se tornar o centro da reforma social do país.

A Herança da Era Vargas e os Limites de 1988

Para compreender o presente, é preciso olhar para 1943. A Consolidação das Leis do Trabalho (CLT) nasceu sob uma lógica industrial fordista, estabelecendo uma carga de 48 horas semanais. Naquele contexto, a escala 6x1 era a regra de ouro para garantir a produtividade máxima das fábricas.

Com a Constituição de 1988, houve um avanço: a jornada caiu para 44 horas semanais. Entretanto, a estrutura da 6x1 persistiu, especialmente no setor de serviços e comércio. Para muitos brasileiros, isso significou décadas de "sábados úteis" ou folgas rotativas que raramente coincidiam com o convívio familiar, consolidando o que sociólogos do trabalho chamam de "exaustão geracional".

A Ruptura em 2025: Saúde Mental e Produtividade

O ano de 2025 consolidou a percepção de que o modelo 6x1 tornou-se anacrônico diante da economia digital e do aumento dos casos de Síndrome de Burnout. O movimento ganhou tração legislativa após a massiva mobilização em torno da PEC (Proposta de Emenda à Constituição) liderada pela deputada Erika Hilton, que em 2025 unificou diferentes setores da sociedade civil sob o lema "Vida além do Trabalho".

- Os principais argumentos que sustentam essa transformação histórica neste ano são:
- **Bem-estar Social:** A necessidade de dois dias de descanso para a recuperação física e psicológica.
- **Economia do Lazer:** Estudos de 2025 indicam que trabalhadores com mais tempo livre tendem a consumir mais em setores de turismo, cultura e gastronomia.
- **Tecnologia:** A automação e a inteligência artificial permitiram ganhos de produtividade que justificam a redução da carga horária sem perda salarial.

O Cenário Atual no Congresso

Neste mês de dezembro de 2025, o projeto que propõe a transição para a jornada de no máximo **36 horas semanais** (viabilizando o modelo 4x3 ou 5x2) avançou para as

etapas finais de votação no Congresso Nacional. A proposta prevê um período de adaptação para pequenas empresas, mas estabelece o fim definitivo da escala 6x1 como a conhecemos.

Conclusão

A queda da escala 6x1 não representa apenas uma mudança técnica de horários; é uma redefinição do contrato social brasileiro. Se no século XX o foco era o direito ao trabalho, em 2025 o foco é o **direito ao tempo**. O Brasil caminha para alinhar sua legislação às tendências globais de países desenvolvidos, buscando um equilíbrio onde a dignidade humana não seja sacrificada no altar da operação ininterrupta.