

Escala 6x1, democracia e desigualdade: uma análise transversal entre tempo de vida no trabalho, crise de representação política e vulnerabilidade racial no Brasil contemporâneo

The 6x1 Work Schedule, Democracy, and Inequality: A Cross-Disciplinary Analysis of Working Time, the Crisis of Political Representation, and Racial Vulnerability in Contemporary Brazil

Priscilla Milena Simonato De Migueli*

Resumo: O artigo analisa a escala 6x1 como fenômeno sociopolítico complexo que articula a captura capitalista do tempo de vida, a crise contemporânea de representação democrática e a reprodução estrutural das desigualdades raciais no Brasil. Partindo de aportes teóricos de Marx, Thompson, Arendt, Sartre, Beauvoir e Antunes, demonstra-se que a jornada 6x1 não constitui mera técnica de distribuição de horas, mas dispositivo de subtração da existência, orientado à intensificação da exploração laboral e à limitação das possibilidades de ação, liberdade e transcendência. A partir de dados da RAIS, PNAD Contínua e Ministério do Trabalho, identifica-se que a jornada de 44 horas semanais incide desproporcionalmente sobre trabalhadores negros, jovens, mulheres negras e setores precarizados da economia, evidenciando que a escala 6x1 opera como mecanismo de racialização da exaustão e da desigualdade. O artigo examina, ainda, a mobilização pública em torno da PEC de 2024 sobre o fim da escala, discutindo o déficit de responsividade do sistema representativo brasileiro e problematizando sua incapacidade de incorporar demandas socialmente urgentes. Por fim, propõe a necessidade de reformas trabalhistas e democráticas articuladas, incluindo arranjos deliberativos birrepresentativos e políticas de redução da jornada, apoiadas em evidências da OIT e da OCDE, como caminho para a reconstrução do tempo de vida como direito e fundamento da cidadania.

* Pós-doutoranda em Direito pela Università di Bologna. Doutora em Direito Previdenciário pela Pontifícia Universidade Católica de São Paulo (2023). Mestre em Direito Previdenciário (2012) na mesma instituição. Bacharel em Direito na Faculdade de Direito de São Bernardo do Campo (2006). Professora Titular de Direito do Trabalho e Seguridade Social da Faculdade de Direito de São Bernardo do Campo. Diretora da Faculdade de Direito de São Bernardo do Campo.

Palavras-chave: escala 6x1; tempo de vida; crise de representação democrática; racismo estrutural; jornada de trabalho; direitos sociais; democracia deliberativa.

Abstract: *This article examines the 6x1 work schedule as a multidimensional sociopolitical phenomenon that articulates the capitalist appropriation of life-time, the contemporary crisis of democratic representation, and the structural reproduction of racial inequalities in Brazil. Drawing on theoretical contributions from Marx, Thompson, Arendt, Sartre, Beauvoir and Antunes, the study demonstrates that the 6x1 schedule is not a merely technical arrangement of working hours but a device of existential subtraction aimed at intensifying labor exploitation and restricting human freedom, action and transcendence. Using empirical data from RAIS, the PNAD Contínua and the Ministry of Labor, the analysis reveals that the 44-hour workweek disproportionately affects Black workers, young people, Black women and precarious economic sectors, showing how the 6x1 regime functions as a mechanism of racialized exhaustion. The article also investigates the public mobilization surrounding the 2024 constitutional amendment proposal to abolish the 6x1 system, highlighting the lack of responsiveness within Brazil's representative institutions and their difficulty in processing urgent social demands. Finally, it argues that overcoming the 6x1 schedule requires interconnected labor and democratic reforms, including birrepresentative deliberative institutions and policies for work-time reduction, supported by evidence from the ILO and OECD, aimed at restoring life-time as a right and the basis of democratic citizenship.*

Keywords: 6x1 work schedule; life-time; crisis of democratic representation; structural racism; working time; social rights; deliberative democracy.

Sumário: 1. Introdução | 2 Tempo de vida, disciplina do trabalho e perfil socioestrutural dos trabalhadores da escala 6x1 no capitalismo contemporâneo | 3 A crise de representação política, a disputa pública sobre o fim da escala 6x1 e o modelo birrepresentativo de David Van Reybrouck | 4 Tempo de vida, representação democrática e transformação social: para além da escala 6x1 | 5 Conclusão

1 Introdução

O debate contemporâneo sobre a jornada de trabalho, e especialmente sobre a persistência da escala 6x1 no Brasil, revela a centralidade política e filosófica do tempo na vida social (Antunes, 2009). Como demonstram os estudos de Sousa (2025), a escala 6x1 opera como mecanismo de captura do tempo existencial e intensificação da exploração laboral, inserindo-se na lógica histórica do capitalismo que transforma o tempo de vida em matéria-prima da produção (Marx, 2017).

Essa forma de organização do trabalho não constitui apenas um arranjo técnico de distribuição de horas, mas um dispositivo estruturante das relações sociais, que reorganiza ritmos corporais, vínculos afetivos e possibilidades de descanso, configurando um modelo de existência que privilegia a produtividade em detrimento da plenitude da vida. Como argumentam Marx (2017), Thompson (1998) e Dal Rosso (2021), o tempo de trabalho é uma tecnologia política, sustentada historicamente e estruturalmente para maximizar a extração de valor, submetendo corpos e sociabilidades a regimes disciplinares de longa duração.

A análise filosófica da escala 6x1, portanto, exige reconhecer a rigidez temporal imposta pela escala 6x1 opera como uma forma contemporânea de subtração do direito de existir, na medida em que captura o tempo de vida e reduz o trabalhador à mera sobrevivência. Como observa Hannah Arendt (2010), quando o labor, atividade cíclica e necessária, ocupa todo o espaço da vida humana, ele suprime as condições para a ação e para a construção de um mundo comum, confinando o indivíduo à repetição biológica. Essa dinâmica aproxima-se da crítica existencialista de Jean-Paul Sartre (2002), para quem a serialização e a práxis alienada transformam o sujeito em função, impedindo-o de exercer sua liberdade ontológica e degradando sua condição de “para-si” ao estado de “em-si”. De modo convergente, Simone de Beauvoir (1980) evidencia que a vida submetida à utilidade e à repetição cotidiana sufoca a transcendência, restringindo a pessoa à esfera do necessário e bloqueando a realização de projetos existenciais. Assim, a jornada 6x1 não apenas organiza o tempo de trabalho, mas desfigura o tempo de vida, anulando as possibilidades de liberdade, ação e transcendência que constituem a própria existência humana.

Paralelamente às dimensões filosóficas do tempo, a escala 6x1 tornou-se um ponto de inflexão sobre a crise de representação política brasileira. Como demonstram Café e Drummond (2025), a comoção digital desencadeada durante a tramitação da PEC 221/2019 evidenciou

o descompasso entre expectativas populares e práticas parlamentares, revelando déficits democráticos estruturais e a incapacidade do sistema representativo convencional de absorver demandas sociais urgentes.

A mobilização digital, impulsionada por trabalhadores, influenciadores e movimentos sociais, expôs a fragilidade de uma democracia reduzida ao ato periódico de votar, apontando para a necessidade de modelos participativos mais responsivos, como o sistema birrepresentativo proposto por Van Reybrouck (2017), que conjuga representantes eleitos e cidadãos selecionados por sorteio. Nesse contexto, a discussão sobre a jornada 6x1 ultrapassa o campo jurídico-trabalhista e torna-se um sintoma da dificuldade do Estado democrático em traduzir interesses coletivos em decisões institucionais.

A terceira dimensão essencial desse debate refere-se à desigualdade racial no mercado de trabalho. Barros (2025) demonstra que a população negra, especialmente mulheres negras, permanece hiper-representada nas ocupações mais precarizadas, com maior rotatividade, menor remuneração, maior exposição ao trabalho degradante e às jornadas extensas, inclusive a 6x1. Dados da Relação Anual de Informações Sociais (RAIS) e do Ministério do Trabalho indicam que essas trabalhadoras enfrentam taxas de desemprego significativamente superiores, são maioria entre resgatados do trabalho análogo ao escravo e recebem, em média, menos da metade do salário de homens brancos (Brasil, 2024). Essa realidade confirma que a escala 6x1, ao afetar majoritariamente setores como comércio, limpeza, alimentação e serviços, nos quais mulheres negras são maioria, funciona como dispositivo estrutural de reprodução do racismo no mundo do trabalho, reforçando desigualdades históricas denunciadas por autores como Almeida (2019) e Moreira; Almeida; Corbo (2022).

A análise empírica de Ottoni (2025), com base na PNAD Contínua, evidencia que mais de 19 milhões de trabalhadores cumprem jornadas de 44 horas semanais, conformando o perfil predominante da escala 6x1: trabalhadores jovens, de baixa escolaridade, com rendimentos entre 1 e 2 salários mínimos e forte recorte racial, sendo negros 47,7% dos que atuam nesse regime. Os setores com maior incidência, comércio, agropecuária e indústria, são justamente aqueles mais vulneráveis à precarização e mais dependentes da disponibilidade contínua da força de trabalho. Esses dados confirmam que a escala 6x1 está profundamente imbricada na estrutura socioeconômica brasileira, atingindo grupos específicos de maneira desproporcional e cumulativa.

Neste cenário, emerge o problema central desta pesquisa:

compreender como a escala 6x1, ao articular exploração do tempo de vida, crise de representação democrática e desigualdade racial, contribui para a manutenção de vulnerabilidades sociais no Brasil contemporâneo, revelando limites estruturais tanto do Direito do Trabalho quanto do modelo de democracia representativa. A hipótese que orienta o estudo é que a permanência da escala 6x1 não decorre apenas de razões econômicas, mas de um arranjo sociopolítico mais amplo, no qual: (a) o tempo de vida é apropriado pelo capital como recurso produtivo; (b) as instituições democráticas falham em representar demandas por condições dignas de trabalho; e (c) o racismo estrutural distribui desigualmente os custos da exploração laboral, concentrando-os sobre a população negra, especialmente mulheres.

A justificativa deste trabalho reside na urgência de construir uma análise multidimensional capaz de compreender a escala 6x1 não como fenômeno isolado, mas como intersecção de temporalidades sociais, estruturas políticas e hierarquias raciais. A relevância científica também se sustenta no caráter inovador da abordagem transversal, que integra sociologia crítica, teoria democrática, estudos raciais e evidências empíricas, oferecendo um panorama abrangente para subsidiar debates legislativos, políticas públicas e reformas trabalhistas orientadas à justiça social.

O objetivo geral consiste em analisar a escala 6x1 como fenômeno sociopolítico complexo, articulando exploração do tempo de vida, crise de representação política e desigualdade racial. Como objetivos específicos, busca-se: examinar a escala 6x1 à luz da crítica sociológica do tempo e da intensificação do trabalho; analisar a crise de representação revelada pela mobilização digital sobre o fim da escala e discutir o modelo birrepresentativo de Van Reybrouck como alternativa de aprofundamento democrático; investigar como a escala 6x1 incide de forma racialmente desigual, reforçando vulnerabilidades estruturais da população negra; e caracterizar empiricamente o perfil dos trabalhadores submetidos às jornadas de 44 horas e compreender sua inserção nos setores econômicos do país.

A metodologia deste trabalho combina abordagens qualitativa e quantitativa, integrando referenciais teóricos críticos, análise normativa e investigação empírica. Adota-se como método de abordagem o método dialético, que permite compreender a jornada de trabalho, especialmente a escala 6x1, como fenômeno histórico, contraditório e estrutural, resultante das tensões entre organização produtiva, tempo de vida e formas de dominação social, conforme discutem Marx (2017),

Thompson (1998) e Dal Rosso (2021). Utiliza-se, ainda, o método de procedimento monográfico, adequado ao aprofundamento de um objeto específico para obtenção de inferências gerais, articulado ao procedimento comparativo, empregado na análise de experiências internacionais e de modelos democráticos discutidos por Van Reybrouck (2017) e Café e Drummond (2025).

No eixo quantitativo, desenvolve-se exame estatístico com base em dados da RAIS, PNAD Contínua, IBGE e Ministério do Trabalho e Emprego, incluindo as sistematizações de Pateo, Melo e Ciriaco (2026), o que possibilita caracterizar o perfil socioeconômico dos trabalhadores submetidos à jornada de 44 horas e identificar padrões de desigualdade. A combinação desses instrumentos metodológicos garante uma análise robusta, multifacetada e teoricamente informada do fenômeno estudado.

Assim, ao integrar diferentes dimensões de análise, este estudo busca demonstrar que o enfrentamento da escala 6x1 exige não apenas reformas no Direito do Trabalho, mas também transformações democráticas e políticas de justiça racial, capazes de garantir tempo de vida digno, representação política efetiva e equidade substantiva no mundo laboral.

2 Tempo de vida, disciplina do trabalho e perfil socioestrutural dos trabalhadores da escala 6x1 no capitalismo contemporâneo

A compreensão da escala 6x1 exige situá-la na longa duração das formas capitalistas de apropriação do tempo, que desde Marx (2017) é concebido como núcleo estruturante da produção de valor. O capital, afirma o autor, só se reproduz ampliando o tempo de trabalho e comprimindo o tempo de vida, convertendo horas humanas em mercadoria abstrata. Essa dinâmica histórica evidencia uma contradição fundante: de um lado, o tempo como existência e realização humana; de outro, o tempo como instrumento de acumulação. A escala 6x1 representa, nessa perspectiva, não apenas uma organização técnica da jornada, mas uma materialização contemporânea da disputa entre temporalidades, evidenciando como o capitalismo transforma a vida em disponibilidade contínua para o trabalho (Marx, 2017; Dal Rosso, 2021).

Thompson (1998) demonstra que a emergência do capitalismo industrial implicou a constituição de um regime disciplinar no qual o relógio substituiu os ritmos comunitários como medida da atividade humana. A “disciplina temporal”, afirma, foi a mais decisiva tecnologia da

modernidade, impondo regularidade, fragmentação e vigilância sobre o corpo trabalhador. Tal disciplinamento reaparece, atualizada, no regime 6x1, que estrutura a semana como ciclo quase ininterrupto de labor, reservando ao descanso apenas um intervalo insuficiente. Sousa (2025) identifica nesse mecanismo uma forma de captura do tempo existencial, que reduz drasticamente a margem de autocuidado, sociabilidade e repouso, naturalizando a exaustão como condição ordinária da vida laboral.

A crítica filosófica reforça esse diagnóstico ao revelar que a subtração do tempo livre corresponde à subtração da própria possibilidade de existência. Para Arendt (2010), quando o labor ocupa todo o espaço da vida, ele suprime as condições da ação, isto é, da liberdade e da construção de um mundo comum. Sartre (2002) descreve que a serialização do cotidiano reduz o sujeito a função, degradando seu “para-si” em um “em-si” rigidificado pela rotina alienada. Beauvoir (1980), por sua vez, sustenta que a vida subordinada à repetição do necessário sufoca a transcendência, bloqueando projetos e encerrando o indivíduo no ciclo da sobrevivência. Assim, a escala 6x1 não organiza apenas o trabalho: ela desfigura o tempo de vida, anulando possibilidades de liberdade, ação e transcendência que constituem o núcleo da existência humana.

Esse processo também se articula ao que Antunes (2018) denomina “era da disponibilidade total”, na qual a fronteira entre tempo de trabalho e tempo de vida se dissolve, seja pela intensificação dos ritmos, seja pela exigência de prontidão permanente. Embora a escala 6x1 não pertença necessariamente ao regime das plataformas digitais, ela se institucionaliza dentro da mesma racionalidade: a captura contínua do tempo, a compressão do descanso e a formação de uma subjetividade orientada à produtividade. Besancenot e Löwy reforçam que cada minuto conquistado fora da jornada representa disputa simbólica e política pela redefinição do próprio sentido social do tempo, motivo pelo qual a manutenção de jornadas extensas é sempre acompanhada de tensões sociais e conflitos distributivos.

Historicamente, tal racionalidade foi aprofundada pela industrialização, que no século XIX impôs jornadas de 14 a 16 horas em fábricas e minas (Thompson, 1998; Marx, 2017). A conquista das oito horas, simbolizada pelo lema “oito para o trabalho, oito para o descanso, oito para a vida”, expressou uma tentativa de reequilibrar o metabolismo social do tempo. No Brasil, a Consolidação das Leis do Trabalho (CLT) de 1943 limitou formalmente a jornada, mas, como demonstra Dal Rosso (2021), conviveu desde o início com mecanismos que permitiam

sua flexibilização – escalas especiais, regimes excepcionais e a própria possibilidade de seis dias consecutivos de trabalho. O neoliberalismo recente aprofundou a tendência de intensificação do trabalho (Standing, 2014), agravada no Brasil pela reforma de 2017, que contribuiu para a recomposição de jornadas longas.

A escala 6x1, portanto, atualiza a racionalização capitalista do tempo no contexto brasileiro, cuja inserção periférica na economia global gera dependência de setores intensivos em trabalho, como comércio, serviços e agropecuária. Sousa (2025) mostra que, nesses setores, a escala se naturalizou como “técnica neutra” de organização do tempo, embora produza efeitos profundos sobre a vida cotidiana, moldando sociabilidades, consumo, circulação urbana e relações familiares. Dardot e Laval (2016) afirmam que o neoliberalismo desloca ao indivíduo a responsabilidade por administrar os custos desse regime, internalizando a exigência de resiliência diante de ritmos intensos.

A dimensão filosófica desse processo revela que a subtração do tempo livre equivale à subtração do próprio direito de existir. A escala 6x1 reduz o tempo de vida ao tempo necessário, impossibilitando a construção de projetos, a experiência estética, a convivência e a ação política. Arendt (2010) afirma que, quando a vida se resume ao labor, o ser humano se aproxima do animal laborans, incapaz de transcender a repetição biológica. Sartre (2002) acrescenta que a alienação temporal impede o exercício da liberdade ontológica, enquanto Beauvoir (1980) denuncia a mutilação da transcendência. Trata-se, portanto, de fenômeno que ultrapassa a sociologia do trabalho: é uma questão existencial.

Essas análises teóricas encontram confirmação empírica robusta. Os dados de Pateo; Melo; Círiaco (2026), produzidos a partir da PNAD Contínua, mostram que 19,3 milhões de trabalhadores com carteira assinada, 46,1% do total, trabalham habitualmente 44 horas semanais, constituindo o perfil predominante da escala 6x1. O percentual é ainda maior entre os homens (48,6%), entre trabalhadores negros (47,7%) e entre aqueles com menor escolaridade, chegando a quase 50% entre pessoas com ensino médio incompleto. Essas jornadas longas concentram-se especialmente no comércio (60,7%), agropecuária (54,5%) e indústria (49,3%), setores fortemente dependentes de disponibilidade contínua da força de trabalho.

A dimensão racial dessa desigualdade é particularmente expressiva. Barros (2025) demonstra que mulheres negras enfrentam taxas de desemprego mais que o dobro das registradas entre homens brancos,

além de se concentrarem nas ocupações mais precarizadas, como limpeza, alimentação e serviços domésticos, justamente aquelas em que a escala 6x1 é dominante. Dados da RAIS confirmam que mulheres negras recebem, em média, 50,2% do salário de homens brancos e são maioria entre trabalhadores resgatados de condições análogas à escravidão. O Ministério do Trabalho registra que, entre 2002 e 2024, 66% das pessoas resgatadas declararam-se negras. Assim, a escala 6x1 não é apenas um instrumento de exploração temporal: ela é também mecanismo de reprodução do racismo estrutural no mundo do trabalho.

Do ponto de vista etário, a incidência da jornada de 44 horas é elevada entre jovens de até 24 anos, indicando que a inserção inicial no mercado se dá em ocupações de menor autonomia temporal. Do ponto de vista setorial, o setor de serviços concentra 19,2 milhões de trabalhadores, dos quais 7,2 milhões estão em jornadas extensas, compondo o núcleo mais vulnerável da força de trabalho brasileira (2024) A vulnerabilidade social desses grupos reforça que o tempo de vida é apropriado de forma desigual, incidindo com maior peso sobre a população negra, jovem, de baixa escolaridade e baixa renda.

A análise filosófica, sociológica e empírica converge, portanto, para a compreensão de que a escala 6x1 constitui dispositivo central da forma de exploração contemporânea no Brasil. Ela reorganiza o tempo, molda a subjetividade, intensifica ritmos, desestrutura vínculos e distribui desigualdades de forma racialmente seletiva. Representa a captura do tempo de vida para fins de acumulação, em um contexto democrático no qual, como mostram Café e Drummond (2025), demandas populares relativas à redução da jornada encontram pouca ressonância institucional, revelando déficits de representação e falhas do sistema político em traduzir necessidades sociais concretas.

O quadro delineado aponta para limites estruturais do Direito do Trabalho, cuja capacidade protetiva é tensionada por pressões econômicas, políticas e raciais. Barros (2025) argumenta que a efetividade dos direitos trabalhistas exige reconhecer o trabalho como expressão da personalidade, e não apenas como fator econômico. Isso implica compreender que a luta pelo tempo livre é luta pelo direito de existir — dimensão central negada pela jornada 6x1. Os dados empíricos demonstram que a proteção jurídica atual é insuficiente para conter a intensificação da exploração, sobretudo entre grupos historicamente vulnerabilizados.

Assim, ao articular crítica sociológica, reflexão filosófica e evidências empíricas, este capítulo evidencia que a escala 6x1 deve ser

compreendida como um fenômeno existencial, político e estrutural. Sua persistência revela não apenas racionalidade econômica, mas uma ordenação social que captura o tempo de vida de trabalhadores para fins de produtividade, distribuindo os custos dessa captura de forma seletiva e racializada. A seguir, o capítulo examina como essa dinâmica se articula à crise de representação democrática, iluminando as dificuldades do sistema político brasileiro em responder ao clamor social por uma reorganização justa do tempo de trabalho.

3 A crise de representação política, a disputa pública sobre o fim da escala 6x1 e o modelo birrepresentativo de David Van Reybrouck

Nas democracias liberais ocidentais, observa-se um desgaste crescente na capacidade das instituições representativas de traduzir demandas sociais em decisões políticas. Essa crise, descrita por autores como Van Reybrouck (2017), não se limita ao contexto brasileiro: ela expressa tendência global na qual a confiança nos representantes diminui ao mesmo tempo em que a expectativa de participação cidadã aumenta. Segundo o autor, a democracia eleitoral moderna tornou-se uma “democracia de baixa intensidade”, na qual a participação política se reduz ao ato esporádico de votar, delegando aos eleitos poder de decisão quase ilimitado entre um pleito e outro.

Damascena Café e Drummond (2025), ao analisarem o episódio da PEC do fim da escala 6x1, demonstram que esse déficit de responsividade também se manifesta no Brasil de forma evidente. A mobilização popular que pressionou parlamentares a assinarem a proposta revelou que grande parte da população não se reconhece nas decisões políticas tomadas em seu nome. A distância entre representados e representantes, como argumentam os autores, é sintoma de uma democracia que se esvazia quando não incorpora mecanismos de participação contínua.

Essa crise não deve ser interpretada como evento isolado, mas como desdobramento histórico de formas de representação política que, desde suas origens no Brasil, foram marcadas pela exclusão, elitização e limites estruturais de acesso ao poder (Carvalho, 2020; Dolhnikoff, 2008). A genealogia da representação brasileira, resgatada por Café e Drummond (2025), mostra que a separação entre cidadania formal e participação substantiva é persistente e atravessa diferentes períodos constitucionais, desde o Império até a redemocratização de 1988. Nesse contexto, a reação social ao debate sobre a jornada de trabalho, especialmente sobre a escala 6x1, não é apenas reivindicação

trabalhista, mas questionamento da legitimidade do processo decisório. A crise de representação adquire, assim, conteúdo material: ela se expressa nas condições concretas de vida e trabalho dos cidadãos.

O episódio analisado por Café e Drummond (2025) constitui marco relevante na relação entre trabalho, política e esfera pública digital. A partir da proposta de emenda constitucional apresentada em 2024, que buscava extinguir a possibilidade de jornadas organizadas em 6x1, emergiu intensa mobilização nas redes sociais, envolvendo trabalhadores, influenciadores, sindicatos e coletivos. O que começou como debate normativo transformou-se em fenômeno político nacional, gerando pressão direta sobre parlamentares e expondo sua hesitação ou recusa em apoiar a alteração constitucional.

Os autores identificam que muitos cidadãos recorreram a seus representantes eleitos, especialmente deputados federais, exigindo posicionamento público favorável à proposta. Em diversos casos, contudo, não obtiveram resposta ou receberam justificativas evasivas, configurando cenário de desconexão entre expectativas populares e práticas parlamentares. De acordo com o estudo, essa dissociação evidencia que o sistema representativo brasileiro confunde democracia com eleição, reduzindo a participação política ao sufrágio periódico, sem canais efetivos de diálogo contínuo.

Esse fenômeno revelou três elementos centrais: a esfera pública digital tornou-se espaço privilegiado de reivindicação política, mobilizando sujeitos historicamente afastados do debate institucional; a demanda por redução da jornada ultrapassou os limites tradicionais do sindicalismo, adquirindo contornos de movimento social em rede; a falta de responsividade parlamentar evidenciou que o modelo representativo vigente não dispõe de mecanismos eficazes para absorver demandas emergenciais, especialmente quando elas contrariam interesses econômicos consolidados.

O episódio da PEC, portanto, funciona como estudo de caso da crise de representação. Ele expõe tanto o enfraquecimento dos partidos políticos como mediadores sociais quanto a necessidade de novas formas de deliberação coletiva que incluam diretamente os afetados por decisões relevantes, como é o caso de trabalhadores submetidos à jornada 6x1.

A Constituição de 1988 estabeleceu um modelo de democracia semidireta, combinando mecanismos de representação tradicional com instrumentos de participação popular. Contudo, conforme analisam Café e Drummond (2025), a prática política brasileira permaneceu

fortemente centrada na lógica representativa herdada de períodos anteriores, sem incorporar plenamente mecanismos deliberativos contínuos. A consequência é um sistema que mantém distanciamento significativo entre instituições e sociedade.

Autores como Vitale (2004) e Holanda (1992) apontam que fragilidades estruturais, como personalismo, baixa institucionalização de partidos, desigualdades regionais e desconfiança histórica nas instituições, dificultam o desenvolvimento de uma democracia substantiva. Esse cenário é agravado pela hiperconectividade digital, que amplia a visibilidade do descompasso entre demandas sociais e respostas institucionais, potencializando crises de legitimidade.

A mobilização em torno da jornada de trabalho mostrou que cidadãos esperam participação para além do voto, desejando influenciar ativamente decisões que afetam diretamente suas condições materiais de vida. O sistema eleitoral, no entanto, não oferece canais adequados para essa participação cotidiana. O resultado é a ampliação da frustração social e a percepção de que o sistema político funciona como arena distante das urgências populares.

A discussão sobre o fim da escala 6x1, portanto, revelou que a crise de representação não é abstrata: ela possui objeto concreto, o tempo de vida dos trabalhadores, e produz efeitos reais sobre sua saúde, renda, sociabilidade e dignidade.

Diante dessas insuficiências, Van Reybrouck (2017) propõe uma reconfiguração institucional denominada modelo birrepresentativo. Trata-se de uma forma híbrida de democracia que combina representantes eleitos pelo voto e cidadãos selecionados por sorteio (loteria cívica), organizados em assembleias deliberativas. Nesse modelo, decisões relevantes, como reformas trabalhistas, temas de saúde pública ou políticas ambientais, seriam tomadas não apenas pelos representantes tradicionais, mas também por colegiados compostos por cidadãos comuns, que receberiam informações técnicas, debateriam alternativas e produziriam deliberações vinculantes ou altamente persuasivas.

Van Reybrouck fundamenta essa proposta em três argumentos principais: a eleição não garante representatividade, pois seleciona apenas os mais competitivos no jogo político, não a diversidade social existente; o sorteio é método historicamente legítimo (utilizado em Atenas e em instituições europeias medievais), capaz de produzir corpos deliberativos mais plurais e a combinação entre eleição e sorteio reduziria a distância entre cidadãos e Estado, redistribuindo poder político e aumentando a confiança institucional.

Café e Drummond (2025) defendem que a crise exposta pela disputa em torno da escala 6x1 poderia ser mitigada caso existisse no Brasil instância deliberativa composta por trabalhadores diretamente afetados, sorteados de forma aleatória e acompanhados por especialistas independentes. Tal modelo ampliaria a participação de grupos sub-representados e impediria que debates centrais fossem capturados exclusivamente por interesses econômicos ou alinhamentos partidários pré-fixados.

A questão da jornada de trabalho é exemplar para pensar um modelo birrepresentativo porque envolve forte impacto social, conflitos entre interesses econômicos e direitos fundamentais, profunda desigualdade racial e de classe na distribuição dos custos sociais da jornada e necessidade de escuta ampliada da população afetada.

Como mostram Sousa (2025) e Ottoni (2025), os trabalhadores submetidos à escala 6x1 constituem grupo majoritariamente jovem, negro, de baixa escolaridade e concentrado em setores de alta precarização. Esses trabalhadores são também os que menos se veem representados no debate parlamentar, mas os que mais sofrem as consequências da manutenção do regime. Nesse sentido, um modelo deliberativo baseado em sorteio poderia garantir que decisões sobre jornada não fossem definidas apenas por parlamentares, mas por cidadãos diretamente envolvidos e por segmentos sociais frequentemente excluídos das discussões institucionais. Além disso, o modelo birrepresentativo permitiria abordar a jornada de trabalho como tema de justiça social e não apenas de técnica legislativa. A escala 6x1 envolve temporalidades da vida, desigualdades raciais, saúde laboral e produtividade econômica, dimensões que exigem deliberação pública complexa e plural.

A análise desenvolvida demonstra que a crise de representação brasileira não é fenômeno abstrato, mas processo que se expressa concretamente na incapacidade institucional de enfrentar questões sociais urgentes, como a redução da jornada de trabalho. A disputa pública sobre a PEC do fim da escala 6x1 explicitou essa fragilidade democrática, evidenciando que o sistema representativo atual não oferece canais adequados para incorporar a voz daqueles que vivenciam cotidianamente condições de trabalho marcadas por exaustão, precariedade e desigualdade.

O modelo birrepresentativo de Van Reybrouck (2017) aparece, nesse cenário, como alternativa institucional capaz de aproximar cidadãos e Estado, ampliar a diversidade participativa e conferir legitimidade às

decisões que afetam diretamente a vida social. Ao integrar representantes eleitos e cidadãos sorteados, tal modelo possibilita reconfigurar o campo democrático, distribuindo poder deliberativo para grupos historicamente invisibilizados, entre eles, os trabalhadores submetidos à escala 6x1.

O capítulo seguinte aprofundará a dimensão racial da jornada de trabalho, analisando como a escala 6x1 incide de maneira desproporcional sobre trabalhadores negros, especialmente mulheres, conforme demonstrado por Barros (2025), e discutindo o papel do Direito do Trabalho como instrumento de equidade e de proteção da personalidade diante do racismo estrutural no mercado de trabalho brasileiro.

4 Tempo de vida, representação democrática e transformação social: para além da escala 6x1

O debate sobre a superação da escala 6x1 exige articular, de forma transversal, as dimensões analisadas nos capítulos anteriores: a captura capitalista do tempo de vida, discutida por Marx (2017) e Thompson (1998), e a crise contemporânea de representação democrática, examinada por Café e Drummond (2025). A escala 6x1 não é um simples arranjo técnico, mas um dispositivo que condensa relações de exploração, desigualdade e invisibilização política. Ela materializa o que Arendt (2010) descreve como a colonização da existência pela esfera do labor, aprisionando o trabalhador em um ciclo contínuo de necessidade. No mesmo sentido, a crítica existencialista de Sartre (2002) mostra que estruturas que limitam a autodeterminação reduzem o sujeito a “função”, corroendo sua liberdade ontológica. Assim, a persistência dessa escala revela como o capitalismo brasileiro organiza não apenas o trabalho, mas as possibilidades de vida.

Essa conclusão se fortalece quando se observam os dados apresentados por Ottoni (2025), segundo os quais mais de 19 milhões de trabalhadores cumprem jornada semanal de 44 horas, com especial incidência entre negros, mulheres negras, jovens e pessoas com baixa escolaridade. A análise evidencia que a escala 6x1 é sustentada por mecanismos estruturais de desigualdade, reafirmando o diagnóstico de Barros (2025), para quem a população negra enfrenta taxas de desemprego superiores, maior informalidade e maior exposição a condições degradantes de trabalho, incluindo situações análogas à escravidão. Desse modo, tempo de vida, raça e classe formam um eixo

indissociável na compreensão dessa jornada. A escala 6x1 se torna, assim, um vetor de reprodução de desigualdades históricas, selecionando quais grupos têm acesso ao descanso, ao estudo e à ação política.

O capítulo 1 demonstrou que a disputa pelo tempo de trabalho é histórica e central no capitalismo. A partir de Marx (2017), vimos que a extração de mais-valia depende da apropriação crescente do tempo vivo, enquanto Thompson (1998) descreve o disciplinamento temporal como tecnologia social fundamental. A escala 6x1 atualiza essa forma histórica de apropriação ao maximizar a disponibilidade temporal do trabalhador, como mostra Sousa (2025) em sua análise sobre a “naturalização da exaustão”. No entanto, o capítulo 2 mostrou que essa forma de exploração não ocorre apenas na esfera produtiva, mas reverbera no campo político, onde trabalhadores permanecem sub-representados e com baixa capacidade de interferir nas decisões que moldam sua própria existência.

A crise de representação discutida por Café e Drummond (2025) torna-se particularmente visível quando a população mobiliza redes sociais para exigir posicionamentos parlamentares sobre a proposta de extinção da escala 6x1, mas encontra silêncio ou oposição de seus representantes. Como argumenta Van Reybrouck (2017), essa deslegitimação decorre de um modelo democrático centrado quase exclusivamente no processo eleitoral, incapaz de assegurar participação contínua e substantiva. O distanciamento entre demandas populares e decisões legislativas revela que o controle sobre o tempo de vida, e, portanto, sobre condições de dignidade, permanece fora do alcance daqueles que mais sofrem seus efeitos.

Essa disjunção entre experiência vivida e representação formal afeta, sobretudo, os trabalhadores submetidos à escala 6x1, que, por vivenciarem jornadas extenuantes, possuem escasso tempo para participar politicamente, reafirmando o que Beauvoir (1980) descreve como a supressão da transcendência pela imposição da repetição cotidiana. A captura quase total do tempo livre impede o exercício da autonomia, da formação crítica e da participação democrática. Não por acaso, os setores com maior incidência de jornadas longas, comércio, agropecuária e indústria, são também aqueles com menor organização política estável, conforme os dados apresentados por Ottoni (2025).

Nesse quadro, torna-se evidente que a discussão sobre a extinção da escala 6x1 ultrapassa a esfera trabalhista: trata-se de garantir condições materiais para que o trabalhador exista politicamente, o que se alinha à concepção arendtiana de ação como fundamento da vida pública.

Reduzir a jornada, portanto, não significa apenas reorganizar o tempo de trabalho, mas restaurar o direito de aparecer no espaço público. A falta de tempo impede que demandas como a redução da jornada ganhem força institucional, produzindo um ciclo autorreforçado de invisibilidade política e manutenção da exploração.

Importa reconhecer, como argumenta Antunes (2018), que o capitalismo contemporâneo opera por meio de uma “disponibilidade total”, que exige que o trabalhador esteja sempre pronto, física e subjetivamente, para atender às necessidades produtivas. A escala 6x1 é expressão dessa lógica, estruturando-se como jornada que concede apenas descansos mínimos e insuficientes para a recomposição do corpo e da vida. A análise existencialista ajuda a compreender essa forma de violência: ao restringir drasticamente o tempo para projetos, afeto e criação, a estrutura impede o sujeito de constituir-se como “para-si” (Sartre, 2002), reproduzindo uma forma de vida empobrecida, limitada à sobrevivência.

A transversalidade entre o capítulo 1 e o capítulo 2 revela, assim, um quadro de dupla expropriação: expropriação econômica do tempo de vida e expropriação política da capacidade de participar das decisões que definem esse tempo. Café e Drummond (2025) mostram que a comoção digital sobre a PEC do fim da escala 6x1 emerge justamente dessa tensão: trabalhadores exigem reconhecimento e escuta, mas o sistema representativo responde com indiferença ou resistência causada por interesses econômicos e lobby empresarial. Trata-se de manifestação clara da crise de legitimidade descrita por Van Reybrouck (2017).

Barros (2025), por sua vez, demonstra que essa dinâmica não é neutra: ela incide de forma mais violenta sobre trabalhadores negros, que ocupam os postos mais precarizados e enfrentam maiores taxas de desemprego, informalidade e exposição à exploração intensiva do tempo de vida. Assim, a escala 6x1 opera como um dispositivo racializado, reforçando desigualdades históricas na distribuição do cansaço, da doença e da impossibilidade de existir para além do labor. O tempo, que deveria ser direito universal, torna-se privilégio racial e econômico.

Diante desse diagnóstico, torna-se necessário articular uma transformação que seja simultaneamente trabalhista e democrática. A proposta birrepresentativa de Van Reybrouck (2017), mobilizada por Café e Drummond (2025), oferece um caminho possível ao propor a incorporação de cidadãos sorteados para deliberar junto ao Parlamento sobre questões estruturais, como a jornada de trabalho. Ao reduzir a

distância entre vivência e decisão institucional, o modelo permitiria que aqueles que experimentam concretamente a escala 6x1 tivessem voz ativa na formulação das normas que regulam seu tempo de vida. Trata-se de devolver o tempo político aos que têm o tempo biográfico expropriado.

A Organização Internacional do Trabalho (OIT) tem demonstrado, em seus relatórios mais recentes, que jornadas excessivas produzem impactos negativos diretos sobre a saúde, o bem-estar e o equilíbrio trabalho-vida. No relatório *Working Time and Work-Life Balance Around the World*, publicado em 2023 (ILO, 2023), a OIT evidencia que jornadas acima de 48 horas semanais aumentam níveis de estresse, fadiga, conflitos trabalho-família e adoecimento físico e mental, enquanto arranjos de tempo de trabalho reduzido e previsível tendem a melhorar indicadores de saúde, satisfação e qualidade de vida. Além disso, o documento destaca que políticas de redução de jornada e flexibilização organizacional podem funcionar como instrumentos de promoção de bem-estar sem comprometer o desempenho das empresas, gerando efeitos positivos também na produtividade, na retenção de trabalhadores e na redução do absenteísmo.

A Organização para a Cooperação e Desenvolvimento Econômico (OCDE) chega a conclusões convergentes. Segundo o *Employment Outlook 2022*, a redução da jornada, quando implementada de forma calibrada e acompanhada de proteção trabalhista adequada, não prejudica níveis de emprego ou de produtividade e pode contribuir para ganhos de eficiência decorrentes de maior recuperação física e mental dos trabalhadores (OECD, 2022). O relatório destaca, ainda, que políticas de equilíbrio trabalho-vida, como semanas reduzidas ou redistribuição de horas, têm sido associadas a ambientes laborais mais saudáveis, melhor engajamento e maior sustentabilidade organizacional. Assim, tanto a OIT quanto a OCDE oferecem subsídios robustos para o entendimento de que jornadas menores não constituem apenas uma pauta socialmente desejável, mas uma estratégia economicamente racional e alinhada às transformações contemporâneas do mundo do trabalho.

No Brasil, reduzir a jornada implicaria não apenas redistribuir o tempo, mas redistribuir a dignidade: permitir que milhões deixem de viver para trabalhar e passem a trabalhar para viver. Por fim, a efetividade dessa mudança exige uma reconfiguração da representação democrática. A redução da jornada deve ser acompanhada da criação de Conselhos Cidadãos de Deliberação sobre Tempo de Trabalho, com

participação paritária entre trabalhadores sorteados, especialistas e representantes sindicais, cujas decisões vinculativas incidam sobre legislação laboral, fiscalização e implementação de políticas de bem-estar. Apenas assim, como alerta Arendt (2010), será possível restaurar o espaço da ação, no qual a liberdade humana deixa de ser retórica e passa a ser vivida. A superação da escala 6x1 não é apenas um ajuste jurídico: é uma reconstrução do mundo comum.

5 Conclusão

A análise desenvolvida ao longo deste artigo demonstrou que a escala 6x1 não pode ser compreendida como mera técnica de organização da jornada, mas como expressão de um arranjo estrutural que captura o tempo de vida, aprofunda desigualdades e evidencia a fragilidade da representação democrática no Brasil contemporâneo. Do ponto de vista filosófico e sociológico, os autores apresentados demonstraram que o tempo não é um recurso neutro: ele constitui a própria possibilidade de existência humana. A jornada 6x1, ao restringir drasticamente o tempo livre, subtrai do trabalhador a ação, a liberdade e a transcendência, convertendo o viver em mera sobrevivência. Essa dimensão existencial alinha-se aos dados empíricos apresentados por Ottoni (2025), RAIS e Ministério do Trabalho (Brasil, 2024), que revelam quem são os grupos que pagam o preço dessa forma de exploração: majoritariamente negros, jovens, mulheres negras e trabalhadores de baixa escolaridade, nos setores mais precarizados da economia.

Os capítulos também evidenciaram que a manutenção da escala 6x1 não é apenas um fenômeno econômico, mas político. A mobilização social em torno da PEC de 2024 expôs o descompasso entre demandas populares e respostas institucionais, revelando uma crise de representação que, conforme analisam Café e Drummond (2025), limita a capacidade do sistema democrático de incorporar experiências concretas da classe trabalhadora. Esse déficit deliberativo impede que o tema da jornada, central para a dignidade, a saúde e a cidadania, seja processado de forma responsiva. A proposta birrepresentativa de Van Reybrouck (2017), discutida no capítulo 2, surge como alternativa capaz de integrar cidadãos sorteados às arenas decisórias, devolvendo poder político aos que têm seu tempo biográfico expropriado. Trata-se de reconhecer que o tempo de vida é também tempo político.

Ao incorporar evidências da OIT (ILO, 2023) e da OCDE (OECD, 2022), o artigo reforçou que jornadas menores não apenas promovem

bem-estar e saúde, mas também ampliam inovação, produtividade e sustentabilidade laboral. Esses dados demonstram que a redução da jornada não deve ser vista como reivindicação corporativa ou utopia normativa, mas como política pública racional, viável e alinhada às transformações globais do trabalho. A proposta de transição para uma semana de 36 horas, com dois dias consecutivos de descanso, encontra fundamento empírico robusto e respaldo ético consistente: permitir que trabalhadores trabalhem para viver, e não vivam para trabalhar.

Por fim, a superação da escala 6x1 exige uma transformação dupla: trabalhista e democrática. No plano jurídico, é necessário reconfigurar a política temporal do trabalho, assegurando proteção efetiva ao tempo de vida como dimensão da personalidade e da cidadania. No plano político, é imprescindível criar mecanismos participativos permanentes, como conselhos cidadãos deliberativos sobre jornada e tempo de trabalho, capazes de incluir aqueles historicamente silenciados. Reduzir a jornada é redistribuir dignidade, saúde, liberdade e futuro. Em última instância, como alerta Arendt (2010), é devolver ao trabalhador o direito de aparecer no mundo comum. A escala 6x1 não é apenas um dispositivo técnico: é uma forma de vida que precisa ser superada para que uma sociedade democrática, justa e plural possa existir.

Referências

ALMEIDA, Silvio Luiz de. *Racismo estrutural*. São Paulo: Pólen, 2019.

ANTUNES, Ricardo. *O privilégio da servidão: o novo proletariado de serviços na era digital*. São Paulo: Boitempo, 2018.

ANTUNES, Ricardo. *Os sentidos do trabalho: ensaio sobre a afirmação e a negação do trabalho*. 2. ed. rev. e ampl. São Paulo: Boitempo, 2009.

ARENDT, Hannah. *A condição humana*. Tradução: Roberto Raposo. 10. ed. Rio de Janeiro: Forense Universitária, 2010.

BARROS, Renato Cassio Soares de. O direito do trabalho e o direito de personalidade como instrumentos de equidade e combate ao racismo. *Lex Humana*, v. 17, n. 1, p. 79-93, 2025.

BEAUVOIR, Simone de. *O segundo sexo*. Tradução: Sérgio Milliet. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1980.

BESANCENOT, Olivier; LÖWY, Michael. *Marx em Paris, 1871: o caderno azul de Jenny Marx*. Traduzido por Fabio Mascaro Querido. São Paulo: Boitempo, 2021.

BRASIL. Ministério do Trabalho e Emprego. *Desigualdade racial persiste no mercado de trabalho brasileiro*. Brasília, 19 nov. 2024. Disponível em: <https://www.gov.br/trabalho-e-emprego/pt-br/noticias-e-conteudo/2024/Novembro/desigualdade-racial-persiste-no-mercado-de-trabalho-brasileiro>. Acesso em: 10 dez. 2025.

CAFÉ, Antônio Eduardo Oliveira Damascena; DRUMMOND, Ana Thaís Kerner. A comoção nas redes sociais sobre a representação de parlamentares acerca das discussões sobre o fim da escala de trabalho 6x1, em novembro de 2024, remediada pelo modelo eleitoral/legislativo proposto por David Van Reybrouck. *Revista DCS, [S. l.]*, v. 22, n. 79, p. e100, 2025. DOI: 10.54899/dcs.v22i79.100. Disponível em: <https://ojs.revistadcs.com/index.php/revista/article/view/100>. Acesso em: 14 maio. 2026.

CARVALHO, José Murilo de. *Cidadania no Brasil: o longo caminho*. [26. ed.]. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 2020.

DOLHNIKOFF, Miriam. *O pacto imperial: origens do federalismo no Brasil*. São Paulo: Globo, 2005.

DAL ROSSO, Sadi. *Mais trabalho! A intensificação do labor na sociedade contemporânea*. São Paulo: Boitempo, 2021.

DARDOT, Pierre; LAVAL, Christian. *A nova razão do mundo: ensaio sobre a sociedade neoliberal*. Tradução: Mariana Echalar. São Paulo: Boitempo, 2016.

HOLANDA, Sérgio Buarque de. *Raízes do Brasil*. São Paulo: Companhia Companhia das Letras, 1992.

INTERNATIONAL LABOR ORGANIZATION (ILO). *Working Time and Work-Life Balance Around the World*. Genebra: ILO, 2023. Disponível em: <https://www.ilo.org/publications/working-time-and-work-life-balance-around-world>. Acesso em: 10 dez. 2025.

MARX, Karl. *O capital*. Tradução: Rubens Enderle. São Paulo: Boitempo, 2017.

MOREIRA, Adilson José; ALMEIDA, Philippe Oliveira de; CORBO, Wallace. Manual de educação jurídica antirracista: direito, justiça e transformação social. São Paulo: Contracorrente, 2022.

OECD. *OECD Employment Outlook 2022: Building Back More Inclusive Labour Markets*. Paris: OECD Publishing, 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.1787/1bb305a6-en>. Acesso em: 10 dez. 2025.

OTTONI, Bruno. Quem são, e onde estão, os trabalhadores da escala 6x1? *Conjuntura Econômica*, Rio de Janeiro, v. 79, n. 1, p. 36-38, 2025. Disponível em: <https://periodicos.fgv.br/rce/article/view/94126>. Acesso em: 14 maio 2026.

PATEO, Felipe Vella; MELO, Joana Simões de; CÍRIACO, Juliane da Silva. *Mudanças na jornada e na escala de trabalho: elementos empíricos para o debate*. Brasília, DF: Instituto de Pesquisa Econômica Aplicada (Ipea), 2026. (Nota Técnica Disoc, n. 123). Disponível em: <https://repositorio.ipea.gov.br/server/api/core/bitstreams/7083c3f2-81ee-48e6-a525-c9fe4b56d5e7/content>. Acesso em: 22 jul. 2026.

SARTRE, Jean-Paul. *Crítica da razão dialética*. Tradução: Guilherme João de Freitas Teixeira. Rio de Janeiro: DP&A, 2002.

SOUSA, Marlus Venícios Pereira e. *O fim da escala 6x1: a luta em busca de uma jornada de trabalho onde se possa viver e não apenas sobreviver*. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Ciências Sociais). Departamento de Ciências Sociais, Universidade Federal do Rio Grande do Norte, Natal, 2025.

STANDING, Guy. *O precariado: a nova classe perigosa*. Tradução: Cristina Antunes. Belo Horizonte: Autêntica, 2014.

THOMPSON, Edward Palmer. Tempo, disciplina de trabalho e capitalismo industrial. In: THOMPSON, Edward Palmer. *Costumes em comum: estudos sobre a cultura popular tradicional*. Tradução: Rosaura Eichemberg. São Paulo: Companhia das Letras, 1998. p. 267-304.

VAN REYBROUCK, David. *Contra as eleições*. Tradução: Flavio Quintale
São Paulo: Companhia das Letras, 2017.

VITALE, Denise. *Democracia semidireta no Brasil pós-1988: a
experiência do orçamento participativo*. 2004. Tese (Doutorado em
Direito) – Faculdade de Direito, Universidade de São Paulo, São Paulo,
2004.