



SENADO FEDERAL  
Gabinete do Senador Rogério Carvalho

## PARECER Nº , DE 2025

Da COMISSÃO DE CONSTITUIÇÃO, JUSTIÇA E CIDADANIA, sobre a Proposta de Emenda à Constituição nº 148, de 2015, do Senador Paulo Paim e outros, que *altera o inciso XIII do art. 7º da Constituição Federal, para reduzir a jornada de trabalho semanal.*

Relator: Senador **ROGÉRIO CARVALHO**

### I – RELATÓRIO

Vem a exame desta Comissão de Constituição, Justiça e Cidadania (CCJ) a Proposta de Emenda à Constituição (PEC) nº 148, de 2015, de autoria do Senador Paulo Paim e outros, que altera o inciso XIII do art. 7º da Constituição Federal, para reduzir a jornada de trabalho semanal<sup>i</sup>.

A Proposta foi apresentada em 17 de novembro de 2015 por membros desta Casa, com fundamento no art. 60, I, da Constituição Federal, tendo o objetivo de fixar em trinta e seis horas semanais o limite máximo para a jornada de trabalho. A proposição foi arquivada ao final da legislatura, nos termos do § 1º do art. 332 do Regimento Interno do Senado Federal. Contudo, na Sessão Deliberativa de 16 de março de 2023, foi aprovado o Requerimento nº 98, de 2023, do Senador Paulo Paim, solicitando o desarquivamento da



Proposta.

Quanto ao aspecto normativo, o art. 1º da Proposta altera o inciso XIII do art. 7º da Constituição Federal, dispondo que a duração do trabalho normal não será superior a oito horas diárias e trinta e seis semanais, facultando a compensação de horários e a redução da jornada, mediante acordo ou convenção coletiva de trabalho.

Para garantir uma transição gradual, em seu art. 2º, a proposição fixa a implantação do novo limite de forma gradativa, estabelecendo que, a partir de 1º de janeiro do exercício seguinte ao do exercício em que for aprovada a Emenda, a jornada de trabalho normal não poderá ser superior a quarenta horas semanais, diminuindo gradativamente em uma hora por ano até o limite mínimo de 36 (trinta e seis) horas, não podendo a jornada de trabalho normal ser superior a 44 (quarenta e quatro) horas semanais até a referida implantação.

A Proposta foi encaminhada à CCJ, para emissão de parecer, nos termos do art. 356 do Regimento Interno do Senado Federal.

A fim de aprofundar as discussões sobre o tema e embasar adequadamente a análise desta matéria, o Senado Federal realizou sessão especial e diversas audiências públicas para debater o fim da jornada 6x1 e a redução da jornada de trabalho, destacando-se, entre esses eventos<sup>ii</sup>:

- Audiências Públicas na Comissão de Direitos Humanos, em 5 de maio de 2025 e na Comissão de Assuntos Sociais, em 9 de junho de 2025, ambas presididas pelo Senador Paulo Paim, das quais participaram representantes do Ministério Público do Trabalho, da Magistratura Trabalhista, do Ministério dos Direitos Humanos



e da Cidadania, do Ministério do Trabalho e Emprego, da Organização Internacional do Trabalho, de Sindicatos, Centrais Sindicais e Federações de Trabalhadores, de organizações da sociedade civil e do Departamento Intersindical de Estatística e Estudos Socioeconômicos;

- Na Comissão de Constituição, Justiça e Cidadania ocorreram duas Audiências Públicas importantes, presididas por este relator: a primeira em 8 de abril de 2025, com representantes do Movimento Vida Além do Trabalho, do Ministério das Mulheres, do Ministério do Trabalho e Emprego, do Ministério Público do Trabalho e de diversas representações de trabalhadores; e a segunda em 2 de setembro de 2025, reunindo especialistas da Confederação Nacional da Indústria, da Magistratura Trabalhista, do Departamento Intersindical de Estatística e Estudos Socioeconômicos (DIEESE) e representantes de sindicatos e centrais sindicais;
- O evento mais significativo foi a Sessão Especial do Plenário presidida pelo Senador Paulo Paim, em 9 de maio de 2025, celebrando o Dia do Trabalhador, que contou com o Ministro do Trabalho, o diretor da Organização Internacional do Trabalho (OIT) no Brasil, representantes de associações médicas e jurídicas trabalhistas, além de representantes de algumas das principais centrais sindicais do país.

Esses eventos consolidaram um amplo diálogo social sobre a superação do regime 6x1, envolvendo governo, trabalhadores, empregadores e especialistas.



A matéria não recebeu emendas até o presente momento.

## II – ANÁLISE

A Proposta apresentada observou o requisito da iniciativa de um terço, no mínimo, dos membros do Senado Federal, prevista no art. 60, I, da Constituição Federal. Também não há violação às limitações materiais ou circunstanciais que as Propostas de Emendas à Constituição devem respeitar.

Não encontramos na Proposta vícios de injuridicidade, tampouco óbices regimentais ao prosseguimento da análise da matéria.

Sob a perspectiva histórica, a luta pela redução da jornada de trabalho existe desde o início da organização da classe operária no sistema capitalista. Os movimentos iniciais, na primeira Revolução Industrial, pugnavam pela redução de jornadas de trabalho, que alcançavam até dezoito horas diárias. Nos Estados Unidos, a luta pela redução da jornada laboral de dezesseis para oito horas diárias ficou marcada no ano de 1886 por pelo menos quatro trabalhadores mortos nas manifestações, óbitos que marcaram a data de primeiro de maio como o Dia do Trabalhador em quase todos os países do mundo<sup>iii</sup>.

Esse movimento internacional encontrou eco no Brasil, onde a luta pela redução da jornada de trabalho começou com a industrialização por volta de 1900, impulsionada por operários imigrantes europeus que trouxeram ideologias de transformação social. Nesse período, as condições eram precárias, com jornadas de 12 a 16 horas diárias para adultos, mulheres e crianças. Em resposta a essa situação, os primeiros avanços surgiram em 1891, quando foi proibido o trabalho de menores por mais de 9 horas no Rio de Janeiro. Entretanto, a grande mudança veio apenas em 1932, com Getúlio



Vargas estabelecendo a jornada de 8 horas diárias e 48 semanais, posteriormente consolidada na CLT de 1943.

Décadas após a previsão das 8 horas diárias na Consolidação das Leis do Trabalho, a questão da jornada voltou ao centro do debate político durante a Assembleia Nacional Constituinte (1987-1988). Os deputados constituintes Paulo Paim e Luiz Inácio Lula da Silva lideraram a luta pela aprovação de emenda que estabeleceria jornada de 40 horas semanais, inaugurando uma nova etapa na reivindicação por melhores condições laborais. A Comissão da Ordem Social (uma das oito comissões temáticas da Constituinte e responsável pela legislação trabalhista) aprovou a adoção dessa jornada, porém a mudança foi derrotada mais tarde na Comissão de Sistematização e na votação final em Plenário. Ao final, optou-se por uma redução mais conservadora da jornada, para 44 horas semanais<sup>iv</sup>.

Mais recentemente, as manifestações contrárias à jornada 6x1 ganharam força nas redes sociais, culminando na criação do “Movimento Vida Além do Trabalho” para assegurar equilíbrio entre trabalho e vida pessoal<sup>v</sup>. Sob esse prisma, a jornada 6x1 é criticada por aumentar riscos de acidentes devido ao cansaço, diminuir a qualidade do trabalho e causar danos à saúde, prejudicando o bem-estar geral dos trabalhadores<sup>vi</sup>.

Do ponto de vista da saúde ocupacional, a extensão da jornada possui correlação direta com os riscos laborais. Estudos demonstram que a extensão do contato com certas atividades ou ambientes é elemento decisivo na configuração de efeitos insalubres, tornando a redução da jornada medida profilática importante na moderna medicina do trabalho<sup>vii</sup>. Portanto, não se trata apenas de consequências econômicas, mas também de efeitos na saúde, segurança e nas repercussões sociais do maior tempo disponível para lazer e



família<sup>viii</sup>.

No plano internacional, a limitação razoável das horas de trabalho é consagrada como direito fundamental pela Declaração Universal dos Direitos Humanos (Artigo 24) e pelo Protocolo de São Salvador (Artigo 7º, “g”). Com lastro nesse reconhecimento, a Organização Internacional do Trabalho (OIT) estabeleceu marcos importantes ao longo dos anos: em 1919, a primeira convenção, sobre a Duração do Trabalho na Indústria, definiu que a jornada de trabalho não deve ultrapassar oito horas por dia e quarenta e oito horas por semana. Esse limite foi ratificado por apenas cinquenta e dois países. Posteriormente, em 1935, em razão do alto índice de desemprego da época, a organização estabeleceu uma nova convenção, com um limite de quarenta horas semanais. Consolidando essa evolução, em 1962, a OIT lançou a “Recomendação de Redução da Jornada de Trabalho”, citando as quarenta horas semanais como um “padrão social a ser alcançado por etapas, se necessário”.

É nessa moldura de evolução gradual dos padrões internacionais que o pleito pelo fim da jornada 6x1 se insere, representando um passo natural na expansão dos direitos humanos e na busca por tornar mais efetiva a proteção aos trabalhadores<sup>ix</sup>.

A despeito disso, propostas de redução da jornada enfrentam resistência sistemática em muitos países. Setores patronais mobilizaram (e mobilizam) argumentos sobre impactos na competitividade e nos custos empresariais, manifestando-se por meio de análises pessimistas e pressões políticas. Contudo, a experiência demonstra que tais resistências frequentemente se baseiam em pressupostos questionáveis, sendo desmentidas pelos resultados práticos das reformas adotadas<sup>x</sup>.



Superando essas objeções, estudos empíricos contradizem sistematicamente os argumentos alarmistas comumente invocados contra a redução da jornada de trabalho. A literatura científica de mais elevado padrão indica ausência de prejuízos econômicos (relacionados ao emprego, à produtividade ou ao desempenho das empresas) nas situações em que há redução da jornada de trabalho.

Exemplificando essa linha de resultados, em Portugal, pesquisa de Raposo e Ours<sup>xi</sup> avaliou o impacto da redução obrigatória da semana de trabalho, de 44 para 40 horas, efetivada gradualmente a partir de 1º de dezembro de 1996. Os autores examinaram variações regionais, setoriais e por tamanho de empresa na proporção de trabalhadores afetados pela medida e descobriram que a redução da jornada teve efeito positivo no emprego ao diminuir a destruição de postos de trabalho. A explicação para esse resultado reside no fato de que o aumento da flexibilidade no uso da jornada padrão facilitou o ajuste da força de trabalho, reduzindo custos trabalhistas e, conseqüentemente, os desligamentos.

De forma ainda mais promissora, na Espanha, excelente estudo de Cárdenas e Villanueva<sup>xii</sup> demonstrou que a redução da jornada de 40 para 35 horas poderia criar cerca de 560 mil novos postos de trabalho, diminuiria o desemprego em 2,6 pontos percentuais, aumentaria os salários em 3,7%, elevaria a participação dos salários na renda nacional em 2,1 pontos percentuais e ainda incrementaria o PIB em 1,4%<sup>xiii xiv</sup>.

No contexto brasileiro, análises realizadas confirmam essa tendência: investigação de Gomes e coautores<sup>xv</sup> revelou que a redução da jornada máxima semanal para 40 horas semanais criaria mais de 467 mil empregos nas regiões metropolitanas. Em análise mais ampla, o



Departamento Intersindical de Estatística e Estudos Socioeconômicos (DIEESE) estimou que uma redução de quatro horas na jornada máxima semanal geraria mais de 3,5 milhões de postos e ampliaria a massa salarial em R\$ 9,25 bilhões<sup>xvi</sup>.

Além dos benefícios imediatos para o emprego, o argumento em favor da redução da jornada laboral é fortalecido pelo fato de que as transformações tecnológicas contemporâneas, especialmente automação, internet das coisas, computação em nuvem, análise de megadados e inteligência artificial<sup>xvii</sup>, juntamente com os avanços recentes no campo econômico e social, tais como a reforma tributária<sup>xviii</sup>, a expansão do ensino em tempo integral<sup>xix</sup> e o incentivo ao aumento da escolaridade com o Programa Pé-de-Meia<sup>xx</sup>, podem elevar substancialmente a produtividade laboral no país nas próximas décadas. Consequentemente, essa eficiência econômica crescente não apenas viabiliza, mas também justifica jornadas de trabalho mais curtas, mantendo os níveis de produção enquanto se oferece aos trabalhadores maior tempo para atividades pessoais e bem-estar<sup>xxi</sup>.

É importante reconhecer, contudo, que existem estudos contrários, como os elaborados por pesquisadores da Fundação Getúlio Vargas (FGV)<sup>xxii</sup> e da Federação das Indústrias do Estado de Minas Gerais (FIEMG)<sup>xxiii</sup>, em que se projetam perdas econômicas significativas.

Embora essas análises certamente mereçam consideração no debate público, suas conclusões devem ser interpretadas à luz de importantes limitações metodológicas. Sob esse enfoque, as principais restrições técnicas identificadas incluem: utilização de análise de equilíbrio parcial, pressuposição de demanda por trabalho constante, desconsideração de efeitos de equilíbrio geral e análises setoriais limitadas<sup>xxiv</sup>.





Respalhando a crítica metodológica, especialistas da Universidade Estadual de Campinas (Unicamp) argumentam que as abordagens estáticas não capturam fatores importantes, tais como adaptações empresariais, reorganização do trabalho, melhorias de processos e efeitos multiplicadores do aumento do consumo decorrente de maior tempo livre<sup>xxv</sup>. Noutras palavras, esses estudos subestimam a capacidade de adaptação da economia às novas regras<sup>xxvi</sup>.

Essa divergência explicita a complexidade inerente à modelagem econômica de reformas estruturais<sup>xxvii</sup>. Conquanto tenhamos convicção do nosso acerto, reconhecemos a legitimidade de algumas das preocupações levantadas pelos estudos contrários, de maneira que esta Proposta de Emenda à Constituição incorpora mecanismos de precaução por meio da implantação gradual e escalonada da nova jornada.

Dessa forma, a transição progressiva permitirá o monitoramento dos impactos econômicos, viabilizando ajustes pelos empregadores nos setores atingidos, caso sejam necessários. Sendo assim, as regras de transição funcionam simultaneamente como resposta às críticas e como salvaguarda contra eventuais efeitos adversos não antecipados, demonstrando que o Legislador considera tanto as evidências favoráveis quanto aquelas divergentes em suas conclusões.

Aliás, a própria experiência constitucional brasileira reforça nosso diagnóstico em favor do acerto da diminuição da carga horária: quando a Constituição de 1988 reduziu de 48 para 44 horas a jornada semanal de trabalho, não houve aumento do desemprego em 1989. Ao contrário, como bem documentado por Gonzaga e coautores<sup>xxviii</sup>, verificou-se um aumento do salário real por hora em relação aos demais trabalhadores, confirmando que a



redução do limite máximo da jornada não causa destruição de postos de trabalho nem queda da renda<sup>xxix</sup>.

No entanto, em que pese a força do precedente histórico positivo de 1988, é necessário avançar ainda mais, pois os dados atuais revelam que a jornada média continua elevada e socialmente desigual. Segundo a Relação Anual de Informações Sociais (RAIS) 2022, os trabalhadores formais cumpriam em média 41 horas e 20 minutos por semana, sendo que 67% superavam jornada de 40 horas<sup>xxx</sup>. Dados mais recentes reforçam essa constatação: a Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios (PNAD) Contínua do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), no quarto trimestre de 2024, mostra que empregados com carteira assinada trabalhavam, em média, 43 horas semanais, contra 38 horas dos profissionais sem carteira<sup>xxxi</sup>.

Esse visível paradoxo entre as situações dos trabalhadores formais e informais sugere-nos que parte da preferência de alguns pelo vínculo informal se deve às elevadas jornadas de trabalho a que estão submetidos os trabalhadores com carteira assinada. Dessa forma, é razoável sustentar que a diminuição das jornadas máximas de trabalho torne futuramente mais atrativos os postos formais, revitalizando nossa economia.

Aprofundando nossa análise, mais preocupante ainda é a dimensão estrutural dessa desigualdade no mercado de trabalho brasileiro: os trabalhadores com ensino fundamental incompleto trabalham mais de 42 horas semanais, enquanto aqueles com ensino superior completo cumprem menos de 37 horas<sup>xxxii</sup>. Paralelamente, verifica-se uma correlação inversa entre jornada e remuneração: trabalhadores com jornada média de 44 horas recebiam R\$ 2.193,00; os que trabalhavam 36 horas recebiam R\$ 2.929,00; e



os com 40 horas recebiam, em média, R\$ 6.197,00<sup>xxxiii</sup>.

Diante dessa situação, a conclusão é única: os dados demonstram que a jornada reduzida já é direito consolidado de servidores públicos e trabalhadores de maior escolaridade e renda, permanecendo inacessível à maioria da população brasileira, de menor renda. Assim, a redução da jornada máxima representa medida de justiça social que democratizará um direito atualmente restrito apenas às camadas de maior poder aquisitivo.

Em face dessa realidade, devemos compreender que o instrumento da negociação coletiva não é universal e não alcança todos os trabalhadores, especialmente aqueles em categorias menos organizadas ou com menor poder de negociação, sendo insuficiente para garantir jornadas reduzidas de forma ampla e equitativa. Nesse sentido, a experiência histórica de redução de jornada demonstra que a intervenção legislativa é fundamental para estabelecer um padrão mínimo civilizatório<sup>xxxiv</sup>.

E cabe salientar também que essa desigualdade transcende a esfera econômica e revela impactos diretos na saúde pública. Nessa linha, o Instituto Nacional do Seguro Social (INSS) registrou 472 mil afastamentos relacionados a transtornos mentais em 2024, muitos deles relacionados ao excesso de trabalho<sup>xxxv</sup>.

Embora a relação causal entre jornadas extensas e problemas de saúde mental seja complexa e multifatorial, a redução da carga horária pode contribuir para a diminuição dos gastos públicos com afastamentos por patologias mentais, além de promover melhor qualidade de vida dos trabalhadores<sup>xxxvi</sup>. Com efeito, a redução da jornada laboral semanal comprovou-se instrumento útil para que haja queda na síndrome de



esgotamento profissional, e aumentos na satisfação no trabalho, no afeto positivo, na saúde mental e na saúde física<sup>xxxvii</sup>.

Confirmando essa preocupação, estudo do Transforma – Grupo de Pesquisa em Economia da Universidade Estadual de Campinas (Unicamp) – mostra que cerca de 20% da população brasileira ocupada, equivalente a 20,9 milhões de pessoas (nos setores formal e informal), trabalha em sobrejornada, ultrapassando o limite legal de 44 horas semanais. Ainda mais grave é a situação das mulheres, que acumulam 11 horas de trabalho diárias, ao se somarem o trabalho remunerado e as atividades domésticas<sup>xxxviii</sup>. Portanto, reduzir a duração da jornada laboral constitui ferramenta promissora de combate à desigualdade de gênero, beneficiando especialmente as mulheres que acumulam dupla ou tripla jornada<sup>xxxix</sup>. Jornadas menores proporcionarão maior flexibilidade no mercado formal e possibilitarão redistribuição das tarefas domésticas, promovendo relações mais equilibradas.

E, para dimensionar a completa abrangência da transformação social que será instituída com a aprovação desta Proposta de Emenda à Constituição, achados do mesmo grupo de pesquisa permitem projetar o impacto previsto, se fossem aplicadas as novas regras ao mercado de trabalho formal brasileiro em suas atuais condições.

Caso fosse estabelecido hoje um limite de jornada de 40 horas semanais, os dados revelam que 22,3 milhões de trabalhadores com carteira assinada seriam diretamente contemplados, considerando a quantidade de brasileiros que atualmente trabalham em carga horária maior do que esse teto a ser instituído. Por sua vez, se o limite fosse ainda mais reduzido, para 36 horas semanais, o número de trabalhadores formalmente registrados que se beneficiariam da nova jornada alcançaria 38,4 milhões. Se desejarmos, da



mesma forma, computar os brasileiros possivelmente beneficiados no mercado de trabalho informal, devemos agregar a esses números outras dezenas de milhões de beneficiados<sup>xl</sup>.

O quadro apresentado nos dá, portanto, uma dimensão da nossa oportunidade histórica. A redução da jornada laboral não é apenas uma questão jurídica ou econômica, mas, fundamentalmente, uma medida que pode beneficiar dezenas de milhões de brasileiros. Isso significa que a aprovação da PEC constituirá uma das mais abrangentes iniciativas de melhoria das condições de trabalho da história brasileira, com potencial para modificar significativamente o panorama social e econômico do país<sup>xli</sup>.

Esse alcance extraordinário da medida reflete uma verdade fundamental: mais tempo livre significa preservação da saúde física e mental, maior disponibilidade para cuidados pessoais, estudos e qualificação profissional<sup>xlii</sup>, atividades culturais, convívio familiar e lazer. É essencial compreender que a produtividade não constitui um fim em si mesma, adquirindo sentido apenas quando associada ao bem-estar individual e coletivo. O equilíbrio entre vida pessoal e profissional configura, portanto, questão inerente à promoção da dignidade humana, a qual é alicerce do nosso Estado Democrático de Direito<sup>xliii</sup>.

Como bem enfatizou o economista do Departamento Intersindical de Estatística e Estudos Socioeconômicos (DIEESE), Alexandre Ferraz, perante esta comissão, “em poucos países do mundo se trabalha tanto como no Brasil [...]. O brasileiro trabalha, por semana, mais do que os norte-americanos, mais do que os coreanos, mais do que os portugueses, os argentinos, espanhóis, italianos, franceses e muito mais do que os alemães, que estão entre os trabalhadores mais produtivos do mundo”<sup>xliv</sup>.



Em vista disso, é crucial que nós, como Legisladores, mudemos essa situação, fazendo justiça ao esforço incansável dos trabalhadores brasileiros e promovendo condições laborais mais dignas e equilibradas.

A urgência dessa discussão reflete-se na crescente demanda social: pesquisa do Instituto DataSenado, em parceria com o gabinete da Senadora Soraya Thronicke, demonstrou apoio majoritário da população a jornadas mais curtas. Mais da metade dos brasileiros (54%) acredita que jornadas menores melhorariam a qualidade de vida, com 51% apoiando especificamente a semana de quatro dias sem corte salarial. Adicionalmente, 35% da população estimam que a produtividade aumentaria. Entre trabalhadores, o otimismo é ainda maior: 85% afirmam que teriam mais qualidade de vida com um dia livre adicional, 78% confiam em manter a mesma qualidade de trabalho e 68% acreditam que fariam a mesma quantidade de trabalho<sup>xliv</sup>. Contraditoriamente, enquanto muitos países caminham para a escala 4x3, o Brasil ainda discute a manutenção de uma escala 6x1, que obriga milhões de trabalhadores a sacrificarem o sábado de convívio social.

Mundialmente, o movimento pela redução da jornada de trabalho ganha força crescente. Experiências internacionais recentes incluem o Chile<sup>xlvi</sup>, que aprovou redução de 45 para 40 horas em 2023, tornando-se, junto com o Equador<sup>xlvi</sup>, o país latino-americano com menor jornada. No México, haverá redução gradual da jornada de trabalho semanal de 48 para 40 horas, com conclusão prevista até janeiro de 2030<sup>xlvi</sup>. E na União Europeia, a média é de 36 horas semanais, variando de 31 horas (Holanda) a 43 horas (Turquia) – sendo que mesmo a maior jornada europeia é inferior ao limite brasileiro atual.



Diante desse cenário, a Proposta de Emenda à Constituição em análise revela-se uma resposta adequada e equilibrada aos desafios identificados. Ao estabelecer a implantação do novo limite de forma gradativa, garante-se segurança jurídica aos empregadores e assegura-se a existência de um período de planejamento, seja para a adequação das escalas de trabalho, seja para a contratação de novos empregados. A abordagem progressiva da PEC concilia a necessária modernização das relações trabalhistas com a prudência exigida para uma transformação estrutural dessa magnitude, permitindo que tanto trabalhadores quanto empregadores se adaptem às novas condições sem sobressaltos econômicos ou sociais.

Por todas essas razões, considerando que um dos objetivos da Proposta é assegurar maior tempo de descanso aos trabalhadores, sem prejuízos financeiros, orientamo-nos pela aprovação da Proposta, com três emendas, que asseguram o gozo de, no mínimo, dois dias de repouso por semana, além de garantir a irredutibilidade salarial e realizar ajustes de técnica redacional.

### III – VOTO

Pelo exposto, opina-se pela **aprovação** da Proposta de Emenda à Constituição nº 148, de 2015, com as seguintes emendas:

#### EMENDA Nº - CCJ

Dê-se à ementa da Proposta de Emenda à Constituição (PEC) nº 148, de 2015, a seguinte redação:

*“Altera os incisos XIII e XV do art. 7º da Constituição Federal, para reduzir a jornada de trabalho semanal e estabelecer repouso semanal remunerado de, no mínimo, dois dias.”*

**EMENDA Nº - CCJ**

Dê-se ao art. 1º da Proposta de Emenda à Constituição (PEC) nº 148, de 2015, a seguinte redação:

**“Art. 1º** O art. 7º da Constituição Federal passa a vigorar com as seguintes alterações:

**‘Art. 7º** .....  
 .....

XIII – duração do trabalho normal não superior a oito horas diárias e trinta e seis semanais, distribuídas em até cinco dias por semana, facultada a compensação de horários e a redução da jornada, mediante acordo ou convenção coletiva de trabalho;

.....

XV – repouso semanal remunerado de, no mínimo, dois dias, preferencialmente aos sábados e domingos;

.....” (NR)

**EMENDA Nº - CCJ**

Dê-se ao art. 2º da Proposta de Emenda à Constituição (PEC) nº 148, de 2015, a seguinte redação:

**“Art. 2º** A implantação das novas regras de duração do trabalho normal e de repouso semanal previstas no art. 1º desta Emenda Constitucional observará a irredutibilidade salarial e dar-se-á da seguinte forma:

I – até 31 de dezembro do exercício em que for publicada esta Emenda Constitucional, a duração do trabalho normal não poderá ser superior a quarenta e quatro horas semanais, com repouso semanal remunerado preferencialmente aos domingos;

II – a partir de 1º de janeiro do exercício seguinte ao da publicação desta Emenda Constitucional, a duração do trabalho normal não poderá ser superior a quarenta horas semanais, distribuídas em até cinco dias por semana, com repouso semanal remunerado de, no mínimo, dois dias, preferencialmente aos sábados e domingos;

III – a partir de 1º de janeiro do segundo exercício seguinte ao





da publicação desta Emenda Constitucional, o limite máximo da duração do trabalho normal semanal será reduzido em uma hora a cada exercício, até atingir trinta e seis horas, mantido o repouso semanal remunerado de, no mínimo, dois dias, preferencialmente aos sábados e domingos.

*Parágrafo único.* Em todo o período de transição previsto neste artigo, observar-se-á o limite de oito horas diárias e facultar-se-á a compensação de horários e a redução da jornada, mediante acordo ou convenção coletiva de trabalho.”

Sala da Comissão,

, Presidente

, Relator



## NOTAS

<sup>i</sup> A Proposta de Emenda à Constituição nº 148, de 2015, insere-se na moldura de um amplo debate legislativo sobre redução da jornada de trabalho no período pós-constituente. O precedente legislativo mais antigo é a Proposta de Emenda à Constituição nº 231, de 1995, de autoria do Deputado Inácio Arruda, que propunha redução da jornada para 40 horas semanais. Em 2010, Michel Temer, então Presidente da Câmara dos Deputados, apresentou a líderes sindicais sugestão de jornada de 42 horas semanais, que seria incluída no âmbito da Proposta de iniciativa do Deputado Inácio Arruda. No cenário atual, tramitam outras iniciativas relacionadas ao tema: a Proposta de Emenda à Constituição nº 221, de 2019 (Deputado Reginaldo Lopes), que propõe jornada de 36 horas semanais; a Proposta de Emenda à Constituição nº 4, de 2025 (Senador Cleitinho), que propõe jornada de 40 horas; a Proposta de Emenda à Constituição nº 8, de 2025 (Deputada Erika Hilton), que propõe jornada de 36 horas, distribuídas em quatro dias na semana (jornada 4x3); o Projeto de Lei nº 3.290 (Deputado Bruno Ganem), específico para pessoas com deficiência; o Projeto de Lei nº 1.105, de 2023 (Senador Weverton), que regulamenta a redução sem diminuição salarial; o Projeto de Lei nº 67, de 2025 (Deputada Daiana Santos), que estabelece jornada máxima de 40 horas e dois dias semanais de repouso remunerado; a Sugestão nº 12, de 2018, apresentada por entidades, que propõe um Estatuto do Trabalho com jornada máxima de 40 horas semanais; e o Projeto de Resolução do Senado nº 15, de 2024 (Senadora Soraya Thronicke), que confere o “Diploma Empresa Ideal” a empreendimentos que promovam redução da jornada laboral, com manutenção dos salários. Conforme fichas das matérias na internet, e também CÂMARA DOS DEPUTADOS. Temer propõe a trabalhadores redução da jornada para 42 horas. **Câmara dos Deputados**, Brasília, 9 fev. 2010. Disponível em: <https://www.camara.leg.br/noticias/137929-temer-propoe-a-trabalhadores-reducao-da-jornada-para-42-horas/>. e SENADO FEDERAL. De volta à pauta legislativa, jornada de trabalho causou embates na Constituinte. **Senado Notícias**, Brasília, 4 jul. 2025. Disponível em: <https://www12.senado.leg.br/noticias/especiais/arquivo-s/de-volta-a-pauta-legislativa-jornada-de-trabalho-causou-embates-na-constituente>.

<sup>ii</sup> Em 5 de maio de 2025, ocorreu a 19ª Reunião Extraordinária da Comissão de Direitos Humanos e Legislação Participativa, presidida pelo senador Paulo Paim, que contou com a participação de Luiz de Souza Arraes, Coordenador Nacional do Fórum Sindical dos Trabalhadores, Diretor Secretário-Geral da Confederação Nacional dos Trabalhadores no Comércio (CNTC) e Presidente da Federação dos Frentistas de São Paulo (Fepospetro); Cirlene Luiza Zimmermann, Procuradora do Trabalho e Coordenadora Nacional de Defesa do Meio Ambiente do Trabalho e da Saúde do Trabalhador e da Trabalhadora do Ministério Público do Trabalho (MPT); Sonia Zerino, Secretária da Mulher da Nova Central Sindical de Trabalhadores e Trabalhadoras (NCST) e representante da Confederação das Mulheres do Brasil (CMB); Ubiraci Dantas de Oliveira, Vice-Presidente Nacional da Central dos Trabalhadores e Trabalhadoras do Brasil - CTB; José Gozze, Presidente da Pública Central do Servidor; Wilson Pereira, Diretor Presidente da CONTRATUH; Adriana Marcolino, Diretora Técnica do Departamento Intersindical de Estatísticas e Estudos Socioeconômicos – DIEESE; Edmilson dos Santos, Coordenador-



Geral de Direitos Humanos e Empresas do Ministério dos Direitos Humanos e da Cidadania – MDHC; Ana Virgínia Moreira, Diretora Regional da Organização Internacional do Trabalho (OIT) para América Latina e o Caribe; Moacyr Roberto Tesch Auserwald, Diretor Presidente da Nova Central Sindical de Trabalhadores-NCST; Luciana Paula Conforti, Presidente da Associação Nacional das Magistradas e dos Magistrados da Justiça do Trabalho – ANAMATRA; Erika Medina, Auditora Fiscal do Trabalho, representante do Sindicato Nacional dos Auditores Fiscais do Trabalho – SINAIT; e Shakti Prates Borela, Assessora Técnica da Secretaria de Relações do Trabalho do Ministério do Trabalho e Emprego.

Em 9 de maio de 2025, realizou-se a 36ª Sessão Especial do Plenário do Senado Federal, presidida pelo senador Paulo Paim, destinada a celebrar o Dia do Trabalhador, com a participação de Luiz Marinho, Ministro de Estado do Trabalho e Emprego; Vinícius Pinheiro, Diretor do Escritório da Organização Internacional do Trabalho (OIT) no Brasil; Luciana Paula Conforti, Presidente da Associação Nacional das Magistradas e dos Magistrados da Justiça do Trabalho (Anamatra); Moacyr Ribeiro Tesch Auserwald, Presidente da Nova Central Sindical de Trabalhadores; Flauzino Antunes Neto, Secretário de Relações do Trabalho da Central dos Trabalhadores e Trabalhadoras do Brasil; Flávio Werneck Meneguelli; representando o Presidente da Pública Central do Servidor; Alexandre Ferraz, Técnico do Departamento Intersindical de Estatística e Estudos Socioeconômicos; Luiz de Souza Arraes, Presidente do Fórum Sindical dos Trabalhadores; Valeir Ertle, Secretário Nacional de Assuntos Jurídicos da Central Única dos Trabalhadores; Francisco Cortes Fernandes, Presidente da Associação Nacional de Medicina do Trabalho; Geny Helena Fernandes Barroso Marques, Diretora de Comunicação da Associação Nacional dos Procuradores do Trabalho (ANPT); e Cirlene Luiza Zimmermann, Procuradora do Trabalho e Coordenadora Nacional de Defesa do Meio Ambiente do Trabalho e da Saúde do Trabalhador e da Trabalhadora do MPT.

Em 8 de abril de 2025, ocorreu a 7ª Reunião Extraordinária da Comissão de Constituição, Justiça e Cidadania, presidida pelo senador Rogério Carvalho, com a participação de Abel Santos, Coordenador do Movimento Vida Além do Trabalho (VAT/DF); Shakti Prates Borela, Auditora Fiscal e Assessora Técnica da Secretaria de Relações do Trabalho do Ministério do Trabalho e Emprego; e Rosane Silva, Secretária Nacional de Autonomia Econômica e Política de Cuidados do Ministério das Mulheres. Fizeram uso da palavra, por autorização do Senador Paulo Paim: Moacyr Roberto Tesch Auserwald, Presidente da Nova Central; Nilza Pereira, Secretária-Geral da Intersindical; Ubiraci Dantas de Oliveira, vice-presidente da Central dos Trabalhadores e Trabalhadoras do Brasil (CTB) Isaú Joaquim Chacon, presidente da Federação Nacional dos Securitários (FENESPIC); Alexandra Lucena, advogada da Federação Nacional dos Securitários (FENESPIC); Rita Vivas, advogada da Confederação Nacional dos Trabalhadores nas Indústrias de Alimentação e Afins (CNTA); Paulo Douglas Almeida de Moraes, procurador do Ministério Público do Trabalho em Mato Grosso do Sul; e Sônia Maria Zerino da Silva, Secretária de Trabalho da Mulher, do Idoso e da Juventude da Confederação Nacional dos Trabalhadores na Indústria (CNTI).

Em 2 de setembro de 2025, realizou-se a 27ª Reunião Extraordinária da Comissão de Constituição, Justiça e Cidadania, presidida pelo senador Rogério Carvalho, que contou



com a participação de Alexandre Sampaio Ferraz, economista do Departamento Intersindical de Estatística e Estudos Socioeconômicos (Dieese), representante do presidente da entidade, José Gonzaga da Cruz; Valter Souza Pugliesi, Presidente da Associação Nacional das Magistradas e dos Magistrados do Trabalho (Anamatra); Luiz Carlos Motta, Presidente da Confederação Nacional dos Trabalhadores no Comércio (CNTC); Willian Ferreira da Silva, Diretor do Sindicato dos Trabalhadores Frentistas de Brasília e Diretor da Força Sindical, representante do presidente da central, Miguel Torres; Pablo Rolim Carneiro, especialista em Políticas e Indústria da Confederação Nacional da Indústria (CNI), representante de Antonio Ricardo Alvarez Alban, Presidente da CNI; e Rodrigo Rodrigues, Presidente da Central Única dos Trabalhadores no Distrito Federal (CUT/DF), representante de Sérgio Nobre, Presidente da CUT.

Em 9 de junho de 2025, ocorreu a 18ª Reunião Extraordinária da Comissão de Assuntos Sociais, presidida pelo senador Paulo Paim, que contou com a participação de Cirlene Luiza Zimmermann, Procuradora do Trabalho e Coordenadora Nacional de Defesa do Meio Ambiente do Trabalho e da Saúde do Trabalhador e da Trabalhadora do MPT; José Reginaldo Inácio, Diretor de Formação Sindical e Qualificação Profissional da Nova Central Sindical de Trabalhadores (NCST); Guiomar Vidor, Secretário-Adjunto de Assuntos Jurídicos da Central dos Trabalhadores e Trabalhadoras do Brasil (CTB); Paulo de Oliveira, Vice-Presidente e Secretário de Organização da Central dos Sindicatos Brasileiros (CSB); Luiz Arraes, Presidente da Federação dos Empregados em Postos de Combustíveis do Estado de São Paulo (Fepospetro) e representante do Fórum Sindical dos Trabalhadores; Leonardo de Moura Landulfo Jorge, Diretor Legislativo da Associação Nacional das Magistradas e dos Magistrados da Justiça do Trabalho (Anamatra); Adriana Marcolino, Diretora Técnica do Departamento Intersindical de Estatística e Estudos Socioeconômicos (Dieese); Rodrigo Saraiva Marinho, Diretor Executivo do Instituto Livre Mercado; Francisco Luiz Saraiva Costa, Secretário de Coordenação Administrativa e Política da Sede da Confederação Nacional dos Trabalhadores no Comércio e Serviços – CONTRACS e Representante de Central Única dos Trabalhadores – CUT Nacional; e Erika Medina, Auditora-Fiscal do Trabalho e representante do Sindicato Nacional dos Auditores Fiscais do Trabalho (Sinait).

iii É importante enfatizar que, no campo das ideias, como bem sintetizado por Balbi e coautores, a jornada de trabalho adequada também foi objeto de reflexão por diversos ensaístas: “para ser considerada ideal, a jornada deveria ser menor para que os homens e as mulheres pudessem desfrutar de outras atividades ao longo do dia. Marx explicou como isso ocorreria: o desenvolvimento tecnológico e a automação permitiriam ‘o livre desenvolvimento das individualidades e, em consequência, [...] a redução do trabalho necessário da sociedade como um todo a um mínimo, que corresponde então à formação artística, científica etc. dos indivíduos por meio do tempo liberado [...]’. Graças à inovação, o trabalho seria automatizado, o que permitiria a redução da jornada. Keynes [...] chegou a advogar na década de 1930, em um ensaio intitulado ‘As possibilidades econômicas de nossos netos’, que no futuro do capitalismo a jornada diária poderia ser de 3 horas ou semanal de 15 horas. Em 1935, foi a vez do filósofo inglês Bertrand Russell publicar ‘O elogio ao ócio’. Para Russell, se a jornada fosse de quatro horas por dia, haveria o suficiente para todos e não haveria desemprego. As ideias de todos esses autores não se perderam com o tempo. Nesse início de século XXI, Olivier Besancenot e Michael Löwy recuperaram Marx para defender a ideia de que ‘a redução da jornada de trabalho é a

condição fundamental da verdadeira liberdade humana, do tempo livre, durante o qual os seres humanos poderão desenvolver todas as suas potencialidades, mediante atividades cujo único objetivo é o florescimento humano'. Na Itália, o sociólogo Domenico de Masi foi uma das mais veementes vozes em defesa da jornada diária de três horas". Veja BALBI, Dani; RODRIGUES, Theófilo; ROCHA, Lucas. Por uma agenda transformadora para o mundo do trabalho no Brasil. In: ARRAIS, Tadeu Alencar; RIBEIRO, Rodrigo Lopes Cavalcanti; ANDRADE, Márcio Ayer Correia (Org.). **Atlas comentado da escala 6x1 no Brasil**. Niterói: Editora Uaná, 2025. p. 19-23.

<sup>iv</sup> Veja SENADO FEDERAL. De volta à pauta legislativa, jornada de trabalho causou embates na Constituinte. **Senado Notícias**, Brasília, 4 jul. 2025. Disponível em: <https://www12.senado.leg.br/noticias/especiais/arquivo-s/de-volta-a-pauta-legislativa-jornada-de-trabalho-causou-embates-na-constituente>.

<sup>v</sup> Na data de confecção deste relatório, o abaixo-assinado “**Por um Brasil que Vai Além do Trabalho: VAT e Ricardo Azevedo na Vanguarda da Mudança**” conta com aproximadamente 3 milhões de assinaturas. Disponível em: <https://peticaopublica.com.br/pview.aspx?pi=BR135067>.

<sup>vi</sup> A respeito de danos à saúde acarretados por longas jornadas de trabalho veja, entre numerosas outras publicações: ERVASTI, J. et al. Long working hours and risk of 50 health conditions and mortality outcomes: a multicohort study in four European countries. **The Lancet Regional Health – Europe**, v. 11, p. 100212, dez. 2021. DOI: 10.1016/j.lanepe.2021.100212. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.lanepe.2021.100212>. WONG, K.; CHAN, A. H. S.; NGAN, S. C. The Effect of Long Working Hours and Overtime on Occupational Health: A Meta-Analysis of Evidence from 1998 to 2018. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, v. 16, n. 12, p. 2102, jun. 2019. DOI: 10.3390/ijerph16122102. PMID: 31200573; PMCID: PMC6617405. Disponível em: <https://doi.org/10.3390/ijerph16122102>. WORLD HEALTH ORGANIZATION; INTERNATIONAL LABOUR ORGANIZATION. Long working hours increasing deaths from heart disease and stroke: **WHO, ILO**. Genebra: WHO, 2021. Disponível em: <https://www.who.int/news/item/17-05-2021-long-working-hours-increasing-deaths-from-heart-disease-and-stroke-who-ilo>. AFONSO, P.; FONSECA, M.; PIRES, J. F. Impact of working hours on sleep and mental health. **Occupational Medicine**, Oxford, v. 67, n. 5, p. 377-382, jul. 2017. DOI: 10.1093/occmed/kqx054. Sobre as consequências do esgotamento profissional, consulte SALVAGIONI, D. A. J. et al. Physical, psychological and occupational consequences of job burnout: A systematic review of prospective studies. **PLOS ONE**, San Francisco, v. 12, n. 10, e0185781, out. 2017. DOI: 10.1371/journal.pone.0185781.

<sup>vii</sup> No Brasil, vide Normas Regulamentadoras complementares ao Capítulo V do Título II da Consolidação das Leis do Trabalho (CLT). MINISTÉRIO DO TRABALHO E EMPREGO. **Normas regulamentadoras vigentes**. Brasília, DF: Ministério do Trabalho e Emprego, [2025]. Disponível em: <https://www.gov.br/trabalho-e-emprego/pt-br/acesso-a-informacao/participacao-social/conselhos-e-orgaos-colegiados/comissao-tripartite-partitaria-permanente/normas-regulamentadora/normas-regulamentadoras-vigentes>.



Consulte também, entre outros: CANADIAN CENTRE FOR OCCUPATIONAL HEALTH AND SAFETY. **Occupational Hygiene - Occupational Exposure Limits**. Disponível em:

[https://www.ccohs.ca/oshanswers/hsprograms/occ\\_hygiene/occ\\_exposure\\_limits.html](https://www.ccohs.ca/oshanswers/hsprograms/occ_hygiene/occ_exposure_limits.html).

MASSACHUSETTS DEPARTMENT OF PUBLIC HEALTH. **Occupational Exposure: Biological effects and risk**. Disponível em: <https://www.mass.gov/info-details/occupational-exposure-biological-effects-and-risk>.

viii Nessa trilha, o economista português Pedro Gomes defende que a redução de jornada semanal é uma escolha social viável que estimularia a economia através do aumento do consumo no setor de lazer, já que pessoas precisam de horas livres para consumir. Segundo ele, uma semana de trabalho menor aumentaria a produtividade empresarial (funcionários mais focados, menos erros e rotatividade), impulsionaria a inovação, reduziria o desemprego tecnológico ao distribuir melhor o trabalho disponível, e elevaria os salários pela menor oferta de mão-de-obra combinada com maior demanda por lazer. Seu argumento central é que tempo livre não é “tempo morto”, mas motor de crescimento econômico e bem-estar social, oferecendo maior liberdade individual de escolha. Confira GOMES, Pedro. **Sexta-Feira é o Novo Sábado**: como uma semana de trabalho de quatro dias poderá salvar a economia. Lisboa: Relógio D'Água, 2022.

ix Consulte ZIMMERMANN, C. Intervenção realizada na 18ª Reunião Extraordinária da Comissão de Assuntos Sociais do Senado Federal, Brasília, 9 jun. 2025.

x Nessa direção, Ezequiel Scapini, pesquisadora de Sociologia e Economia do Trabalho, destaca que “perspectivas alarmistas” também foram utilizadas desde a abolição da escravidão, passando pela implementação do 13º salário, até a política de valorização do salário-mínimo dos primeiros governos Lula (PT). Consulte BRASIL DE FATO. Fim da escala 6x1 vai quebrar a economia? Especialistas questionam estudos da Fiemg e da FGV. **Brasil de Fato**, 23 jun. 2025. Disponível em: <https://www.brasildefato.com.br/2025/06/23/fim-da-escala-6x1-vai-quebrar-a-economia-especialistas-questionam-estudos-da-fiemg-e-da-fgv/>.

xi RAPOSO, Pedro; OURS, Jan. How a Reduction of Standard Working Hours Affects Employment Dynamics. **De Economist**, v. 158, n. 2, p. 193-207, jun. 2010.

xii CÁRDENAS, Luis; VILLANUEVA, Paloma. Challenging the working time reduction and wages trade-off: a simulation for the Spanish economy. **Cambridge Journal of Economics**, v. 45, n. 2, p. 333-351, mar. 2021. DOI: 10.1093/cje/beaa055. Disponível em: <https://doi.org/10.1093/cje/beaa055>.

xiii De maneira bastante elegante, Cárdenas e Villanueva empregam uma versão estendida do modelo de Bhaduri-Marglin de equações únicas, utilizando dados trimestrais que abrangem o período de 1995T1 a 2017T4. O modelo de Bhaduri e Marglin oferece a vantagem de capturar o papel duplo dos salários reais, como custo de produção e como fonte importante de demanda, particularmente sobre consumo, investimento e exportações líquidas. Assim, o modelo foi escolhido por sua ênfase no papel da mudança distribucional



no crescimento econômico, o que permitiu aos autores estimarem o impacto no Produto Interno Bruto (PIB) impulsionado por um aumento na participação da força de trabalho.

<sup>xiv</sup> Reconhecemos que a extrapolação de dados internacionais para o contexto brasileiro deve sempre ser cautelosa, considerando as especificidades do mercado de trabalho nacional e as diferenças estruturais da economia. Não obstante, essas experiências oferecem indicadores relevantes que podem enriquecer o debate sobre políticas públicas no Brasil. Essas informações servem de importante complemento para os estudos realizados em com dados do nosso país.

<sup>xv</sup> GOMES, F. et al. Redução da jornada de trabalho e o impacto no emprego brasileiro. **Revista Ciências do Trabalho**, São Paulo, n. 10, 2018.

<sup>xvi</sup> A viabilidade econômica desse cálculo fundamenta-se na evolução da produtividade: o rendimento por hora trabalhada no Brasil cresceu 32,5% entre 1988 e 2024, em valores constantes, refletindo a modernização industrial, a mecanização agrícola e a automação. Olhando para o futuro, transformações estruturais na economia brasileira ocorridas nos últimos anos permitem-nos afirmar que o “PIB potencial” do Brasil está sendo elevado. Veja CNN BRASIL. **Reformas “silenciosas” estão aumentando PIB potencial, diz secretário da Fazenda**. CNN Brasil, Brasília, 2024. Disponível em: <https://www.cnnbrasil.com.br/economia/macroeconomia/reformas-silenciosas-estao-aumentando-pib-potencial-diz-secretario-da-fazenda/>.

<sup>xvii</sup> A consultoria PwC estima que a adoção da inteligência artificial pode adicionar 13 pontos percentuais ao PIB do Brasil até 2035. Consulte PWC BRASIL. Adoção de IA pode adicionar 13 pontos percentuais ao PIB do Brasil até 2035, em meio à reconfiguração da economia global, diz PwC. São Paulo, 30 abr. 2025. Disponível em: <https://www.pwc.com.br/pt/sala-de-imprensa/release/adocao-de-ia-pode-adicionar-13-pontos-percentuais-ao-pib-do-brasil-ate-2035-em-meio-a-reconfiguracao-da-economia-global-diz-PwC.html>

<sup>xviii</sup> Conforme estimativas do Ministério da Fazenda, a reforma tributária poderá ter como impacto crescimento adicional do PIB de 12% a 20% em até 15 anos. Consulte REVISTA EXAME. Reforma tributária terá impacto de pelo menos 12% no PIB em 15 anos, diz Appy. **Exame**, 8 mar. 2023. Disponível em: <https://exame.com/brasil/reforma-tributaria-tera-impacto-de-pelo-menos-12-no-pib-em-15-anos-diz-appy/>

<sup>xix</sup> Estudantes formados na educação integral têm salário médio mensal 18% maior que os egressos do Ensino Médio regular. Adicionalmente, egressos do ensino integral trabalham mais frequentemente em setores com alta qualificação e têm maior presença nas áreas educacional e de saúde. Veja INSTITUTO UNIBANCO. Observatório de Educação. **Educação integral: tempo, qualidade, desafios e oportunidades**. São Paulo: Instituto Unibanco, [2025]. Disponível em: <https://observatoriodeeducacao.institutounibanco.org.br/em-debate/conteudo-multimedia/detalhe/educacao-integral-tempo-qualidade-desafios-e-oportunidades>. Consulte



também QUINTÃO, Giovanna; CRUZ, Louise; COSTA, Leandro. **Os Impactos da Educação em Tempo Integral na América Latina**. [S.l.]: Banco Mundial, abr. 2024.

<sup>xx</sup> Estima-se que o programa Pé-de-Meia seja capaz de equacionar um quarto da evasão escolar. Consulte MACHADO, Laura. Pé de meia reduz 25% do problema da evasão escolar. **Folha de São Paulo**, São Paulo, mar. 2025. Disponível em: <https://www1.folha.uol.com.br/colunas/laura-machado/2025/03/pe-de-meia-reduz-25-do-problema-da-evasao-escolar.shtml>.

<sup>xxi</sup> Registre-se que a redução da jornada não compromete a competitividade internacional devido ao baixíssimo custo da mão de obra brasileira comparado a países desenvolvidos. Além disso, a competitividade depende de vantagens sistêmicas como sistema financeiro, infraestrutura, educação e tecnologia, não apenas do custo do trabalho. Nessa direção, vide GOMES, F. et al. Redução da jornada de trabalho e o impacto no emprego brasileiro. **Revista Ciências do Trabalho**, São Paulo, n. 10, 2018.

<sup>xxii</sup> O artigo analisou os custos econômicos da proposta de redução da jornada de trabalho no Brasil de 44 para 36 horas semanais. O autor utilizou simulações baseadas em dados de 2024, considerando diferentes cenários de produtividade e elasticidade da demanda por trabalho. Os resultados indicam perdas no valor adicionado que variam de 3,8% a 11,3%, dependendo do modelo utilizado. O autor conclui que seria improvável que ganhos de eficiência compensassem as perdas econômicas decorrentes da redução da jornada de trabalho. O estudo, no entanto, possui limitações metodológicas que levam a acreditar que as conclusões devem ser vistas com fortíssimas ressalvas. Vide FILHO, Fernando de Holanda. **Potenciais custos do fim da jornada 6x1**. Rio de Janeiro: FGV IBRE, 2025. Disponível em: [https://ibre.fgv.br/sites/ibre.fgv.br/files/arquivos/u65/potenciais\\_custos\\_do\\_fim\\_da\\_jornada\\_6x1\\_-\\_final\\_-\\_14-05-2025.pdf](https://ibre.fgv.br/sites/ibre.fgv.br/files/arquivos/u65/potenciais_custos_do_fim_da_jornada_6x1_-_final_-_14-05-2025.pdf).

<sup>xxiii</sup> O estudo da FIEMG projeta que reduzir a jornada de trabalho no Brasil de 44 para 40 horas causaria perdas severas: 16-18 milhões de empregos, queda do PIB de 14-16% e redução de R\$ 2,6-2,9 trilhões no faturamento. O documento atribui isso a uma baixa produtividade brasileira e a um baixo crescimento de produtividade. Todavia, as conclusões devem ser vistas com reservas, pois não há adequado detalhamento técnico dos cálculos, tornando inviável reproduzir e validar as conclusões obtidas. Veja FEDERAÇÃO DAS INDÚSTRIAS DO ESTADO DE MINAS GERAIS. **Impactos socioeconômicos da redução da jornada de trabalho: fim da jornada 6x1**. Gerência de Economia e Finanças Empresariais. Belo Horizonte: FIEMG, mar. 2025. Disponível em: [https://www.fiemg.com.br/wp-content/uploads/2025/04/E202503\\_01\\_Impactos-Economicos-e-Sociais-\\_FIM-Jornada-6-x-1.pdf](https://www.fiemg.com.br/wp-content/uploads/2025/04/E202503_01_Impactos-Economicos-e-Sociais-_FIM-Jornada-6-x-1.pdf).

<sup>xxiv</sup> Conforme Nota Informativa nº 3462, de 2025, elaborada pela Consultoria Legislativa do Senado Federal a pedido do gabinete deste relator, o estudo da FIEMG não explicita como os resultados foram alcançados. E acerca do estudo do Ibre/FGV, trata-se de modelo de equilíbrio parcial, no qual se considera que as modificações em um setor da economia não terão impacto em outros setores. Compreende-se a escolha por este tipo de análise dada dificuldade que envolve uma análise de equilíbrio geral, incluindo todos os setores da





economia, em razão do grande volume de dados e interações possíveis que teriam que ser levados em consideração na simulação. No entanto, a duração da jornada de trabalho é um fator estruturante na sociedade como um todo. Nesse sentido, é improvável que diante de uma alteração geral e permanente na duração da jornada máxima de trabalho não sejam feitos ajustes em outros setores da economia.

<sup>xxv</sup> BRASIL DE FATO. Fim da escala 6x1 vai quebrar a economia?: Especialistas questionam estudos da FIEMG e da FGV. **Brasil de Fato**, 23 jun. 2025. Disponível em: <https://www.brasildefato.com.br/2025/06/23/fim-da-escala-6x1-vai-quebrar-a-economia-especialistas-questionam-estudos-da-fiemg-e-da-fgv/>.

<sup>xxvi</sup> Mesmo considerando cenários pessimistas, acreditamos que os benefícios oriundos da redução da jornada de trabalho superam por larga margem os riscos, especialmente considerando-se a implantação gradual contida nesta Proposta. A redução da jornada pode estimular inovações que impulsionam a produtividade para além das tendências históricas, gerando externalidades positivas significativas (como a diminuição dos custos de saúde pública e dos acidentes de trabalho) e promovendo efeitos distributivos favoráveis a longo prazo.

<sup>xxvii</sup> A dinâmica de sistemas – campo desenvolvido por Jay Forrester (MIT) e expandido por pesquisadores como Donella Meadows (Dartmouth College) e John Sterman (MIT Sloan) – nos fornece alguns *insights* valiosos na análise de fenômenos sociais e econômicos complexos. Um dos principais ensinamentos dessa abordagem é que sistemas econômicos complexos possuem capacidade de auto-organização, aprendizado e transformação. Ignorar essa natureza sistêmica pode gerar não apenas previsões incorretas, mas desperdiçar oportunidades de melhoria genuína da sociedade por meio de políticas públicas desenhadas adequadamente.

A redução da jornada pode gerar ciclos (*loops*) de reforço positivo com múltiplos benefícios interconectados. Assim, trabalhadores mais descansados e motivados podem ser significativamente mais produtivos por hora trabalhada (como ocorre, por exemplo, no modelo 100-80-100); o oferecimento de melhores condições de trabalho tende a reduzir custos de contratação e treinamento devido à menor rotatividade; a pressão por eficiência pode estimular inovação organizacional; um mercado de trabalho com empregos formais mais atrativos pode ajudar a reduzir a informalidade (e o déficit do sistema de seguridade); mais tempo livre pode aumentar a demanda por produtos e serviços, especialmente nas áreas de cultura, lazer e educação; e as horas livres podem ser usadas para aumento da escolaridade e, por conseguinte, da produtividade. Esses efeitos circulares e auto-reforçantes são sistematicamente ignorados em análises que assumem causalidade unidirecional.

Além disso, muitos modelos capturam apenas um momento único no tempo, assumindo que todas as outras variáveis permanecem estáticas. Essas abordagens ignoram que a realidade econômica é fundamentalmente dinâmica. Empresas se adaptam ao longo dos anos, desenvolvendo novas formas de organizar o trabalho em resposta a mudanças na legislação sobre jornada de trabalho. Sistemas econômicos evoluem e se transformam através de processos contínuos de aprendizado e melhoria, com benefícios importantes



emergindo após períodos significativos de adaptação. E a própria natureza do trabalho e da produção pode se transformar de maneiras imprevisíveis por meio da tecnologia, de modo que a dimensão temporal e evolutiva dos sistemas é completamente perdida em análises estáticas.

Outra crítica fundamental refere-se às fronteiras sistêmicas excessivamente limitadas dos modelos convencionais. Ao focarem apenas em variáveis diretamente relacionadas à produção e aos custos do trabalho, esses estudos perdem interações cruciais com outros sistemas e subsistemas relevantes. A redução de estresse e de doenças ocupacionais pode diminuir significativamente os custos sociais com a saúde. O melhor equilíbrio vida-trabalho tem impacto positivo nas famílias e afeta a educação e o bem-estar da atual e das próximas gerações. Externalidades ambientais, como a redução de deslocamentos, podem diminuir poluição e custos ambientais. O maior tempo disponível para participação cívica pode fortalecer instituições sociais e aumentar a coesão comunitária. Todos esses efeitos sistêmicos são ignorados quando se adotam fronteiras analíticas estreitas.

Ademais, modelos lineares assumem que reduzir horas diminui proporcionalmente a produção, ignorando características essenciais de sistemas complexos. Na realidade, podem existir “pontos de alavancagem” onde pequenas mudanças têm grandes efeitos sistêmicos profundos. Potencialmente, existe um ponto ótimo/ideal de horas trabalhadas, além do qual trabalho adicional gera rendimentos decrescentes ou até negativos. Benefícios da redução de jornada podem acelerar após certo ponto crítico, e múltiplos fatores podem se reforçar mutuamente através de efeitos sinérgicos. Essa perspectiva da complexidade sistêmica revela que algumas análises podem subestimar drasticamente os benefícios da redução da jornada de trabalho.

Consulte MEADOWS, Donella H. **Thinking in Systems: A Primer**. Editado por Diana Wright. White River Junction: Chelsea Green Publishing, 2008. Veja também FORRESTER, Jay Wright. **World Dynamics**. 2. ed. Cambridge: MIT Press, 1973.

xxviii GONZAGA, Gustavo M. et al. Os efeitos da redução da jornada de trabalho de 48 para 44 horas semanais em 1988. **Revista Brasileira de Economia**, v. 57, p. 369-400, 2003.

xxix Diversos casos internacionais recentes reforçam a conclusão de que é possível haver redução da jornada laboral sem perda de produtividade – entre eles, o da Islândia. No país insular nórdico, entre 2015 e 2019, um experimento com 2,5 mil trabalhadores reduziu a jornada de 40 horas para 35 e 36 horas semanais, sem cortes salariais. O resultado foi considerado bastante bem-sucedido: houve melhoria no bem-estar, na saúde e na produtividade dos funcionários, além de vigoroso crescimento econômico no país, no período de 2021 a 2023. Os trabalhadores experimentaram aumentos significativos no equilíbrio entre vida pessoal e profissional, enquanto os níveis de prestação de serviços e produtividade foram mantidos ou até mesmo melhorados. Vide HARALDSSON, Guðmundur D.; KELLAM, Jack. **Going public: Iceland's journey to a shorter working week**. Londres: Autonomy; Reykjavík: Alda, 2021. Consulte também PAIM, P. Fala proferida na 18ª Reunião Ordinária da Comissão de Assuntos Sociais, Brasília, 9 jun. 2025.



xxx FERRAZ, A. S. Redução da jornada de trabalho e desigualdade social no Brasil. Intervenção realizada na 27ª Reunião Extraordinária da Comissão de Constituição, Justiça e Cidadania, Brasília, 2 set. 2025.

xxxi INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. **Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios Contínua – PNAD Contínua 2024** (4º trimestre). Rio de Janeiro: IBGE, 2025.

xxxii MINISTÉRIO DO TRABALHO E EMPREGO. **Relação Anual de Informações Sociais – RAIS 2022**. Brasília: MTE, 2023.

xxxiii FERRAZ, A. S. Redução da jornada de trabalho e desigualdade social no Brasil. Intervenção realizada na 27ª Reunião Extraordinária da Comissão de Constituição, Justiça e Cidadania do Senado Federal, Brasília, 2 set. 2025.

xxxiv PUGLIESI, V. S.. Intervenção realizada na 27ª Reunião Extraordinária da Comissão de Constituição, Justiça e Cidadania do Senado Federal, Brasília, 2 set. 2025.

xxxv Ratificando a conexão entre excesso de trabalho e problemas de saúde, a Portaria GM/MS nº 1.999, de 27 de novembro de 2023, que atualiza a Lista de Doenças Relacionadas ao Trabalho, inclui jornadas prolongadas, trabalho em turnos e noturno como fatores de risco para transtornos mentais, doenças cardiovasculares, diabetes, obesidade e câncer, e aponta a jornada como um fator de risco psicossocial.

xxxvi Além disso, uma semana 5x2 (ou 4x3) poderá, inclusive, atenuar o problema da quantidade de horas gastas pelos brasileiros no trânsito, que chega a três horas diárias em alguns casos.

xxxvii Essa eficácia é comprovada por evidências empíricas recentes. Experimento multicêntrico publicado em 2025, envolvendo 141 empresas na Austrália, Canadá, Irlanda, Nova Zelândia, Reino Unido e Estados Unidos, constatou que a adoção da semana de quatro dias resultou em manutenção ou progresso do desempenho organizacional, sem perda salarial. Houve melhorias significativas na síndrome de *burnout* (reduzida de 2.77 para 2.35), na satisfação no trabalho (aumentou de 7.16 para 7.61), no afeto positivo (melhorou de 3.14 para 3.57), na saúde mental (aumentou de 2.94 para 3.30) e na saúde física (aumentou de 3.01 para 3.29). Confira FAN, W.; SCHOR, J. B.; KELLY, O. et al. Work time reduction via a 4-day workweek finds improvements in workers' well-being. **Nature Human Behaviour**, 2025. DOI: 10.1038/s41562-025-02259-6. Disponível em: <https://doi.org/10.1038/s41562-025-02259-6>. E, reforçando tais resultados no quadro brasileiro, o piloto da semana de quatro dias promovido por movimento global favorável à adoção da jornada 4x3 também registrou impactos amplamente positivos: 84,8% dos trabalhadores relataram aumento de energia para realizar as tarefas; 79,5% afirmaram sentirem-se mais alegres e de bom humor; 93,4% relataram maior colaboração com suas equipes; e 72% das empresas participantes observaram crescimento de receita. Vide DAY WEEK BRASIL. **Piloto da semana de 4 dias no Brasil**: 1 ano. Disponível em:



[https://www.4dayweekbrazil.com/\\_files/ugd/c43ebd\\_dad06a9dbaa3443ca7067d3f719b4da0.pdf](https://www.4dayweekbrazil.com/_files/ugd/c43ebd_dad06a9dbaa3443ca7067d3f719b4da0.pdf).

<sup>xxxviii</sup> Conforme Teixeira et al., o Brasil, “a maioria dos trabalhadores (56,3%) se encontra em jornadas de 40 a 44 horas semanais, especialmente quando considerados apenas os trabalhadores formais (para estes, 71,4%). Mas é interessante destacar que 20% da população ocupada, ou 20,88 milhões de pessoas, exercem uma jornada de trabalho superior àquela permitida por lei, que é de no máximo 44 horas semanais: são 8,9 milhões de trabalhadores formais, 10 milhões de informais e 1,8 milhões de empregadores com jornadas habituais de 45 horas semanais ou mais [...]. Ainda que exista a possibilidade legal de extensão da jornada de trabalho em até duas horas diárias e não mais do que 10 horas por semana - o que levaria a jornada semanal de 44 para, no máximo, 54 horas -, entende-se que o cumprimento de horas extras deve ser uma atividade excepcional, e que não deveria ser contabilizada na jornada de trabalho habitual”. Veja TEIXEIRA, M. et al. **O Brasil está pronto para trabalhar menos**. Transforma Economia Unicamp, abr. 2025. Disponível em: <https://transformaeconomia.org/wp-content/uploads/2025/04/NT13-PT.pdf>.

<sup>xxxix</sup> As mulheres representam uma parcela significativa dos trabalhadores em setores como comércio e serviços, que seriam fortemente impactados pela redução da jornada e pelo fim da escala 6x1. Vide MINISTÉRIO DO TRABALHO E EMPREGO. **Boletim Mulheres no Mercado de Trabalho**. Brasília: MTE, mar. 2025. Além disso, negras e negros são maioria nos setores com as maiores jornadas de trabalho. Veja ALMA PRETA. Negros são maioria na escala 6x1 e têm os menores salários. **Alma Preta**. Disponível em: <https://almapreta.com.br/sessao/politica/negros-sao-maioria-na-escala-6x1-e-tem-os-menores-salarios/>.

<sup>xl</sup> Teixeira et al. também estimam a quantidade de possíveis beneficiados em todo o mercado de trabalho (formal e informal), partindo da premissa de que “ainda que não se cumpram à risca todas as leis trabalhistas no trabalho informal, é inegável que os regimentos aplicados aos vínculos formais servem de espelho para a realização dos acordos de trabalho informal, tanto em termos de salário, [...] quanto de jornada, pausas laborais e escala de trabalho.” Afirmando as autoras: “Utilizando os dados da PNAD Contínua, é possível estimar quantos trabalhadores e trabalhadoras seriam diretamente beneficiados [pela PEC que prevê redução de jornada], por trabalharem em jornadas superiores ao limite proposto e terem carteira assinada, e quantos seriam indiretamente beneficiados, por praticar jornadas análogas, mas sem carteira de trabalho assinada. [...] das 103,8 milhões de pessoas ocupadas no 4º trimestre de 2024, 78,3 milhões declararam trabalhar mais de 36h na semana, das quais 38,4 milhões afirmavam ter carteira assinada. Nesse cenário, a aprovação da PEC reduziria a jornada de trabalho de pelo menos 37% dos trabalhadores - aqueles com carteira assinada - e possivelmente afetaria também as condições de trabalho de outros 38% - também trabalhando mais de 36h semanais, mas sem carteira assinada. Estimou-se também a população atingida caso o limite de 36h seja elevado para 40h semanais - portanto, 4 horas a menos do que o permitido pela legislação atual. Nesse contexto, 41,3 milhões de trabalhadores e trabalhadoras estariam em sobrejornada, 22,3 milhões dos quais com carteira assinada. A PEC, nesse caso, chegaria a no mínimo 21,5% do mercado de trabalho, podendo atingir outros 18,3% em sobrejornada, mas sem carteira



assinada.” Confira TEIXEIRA, M. et al. **O Brasil está pronto para trabalhar menos.** Transforma Economia Unicamp, abr. 2025. Disponível em: <https://transformaeconomia.org/wp-content/uploads/2025/04/NT13-PT.pdf>.

<sup>xli</sup> Para uma visão geral da distribuição dos trabalhadores com jornada 6x1 no mercado formal e os recortes por gênero, raça, escolaridade, faixa etária e setor de atividade, consulte OTTONI, Bruno. A jornada de trabalho 6x1 na última década. *Revista Conjuntura Econômica*, [s. l.], v. 79, n. 3, p. 38–39, 2025a. Disponível em: <https://periodicos.fgv.br/rce/article/download/94000/87789>. Veja também TEIXEIRA, M. et al. **O Brasil está pronto para trabalhar menos.** Transforma Economia Unicamp, abr. 2025. Disponível em: <https://transformaeconomia.org/wp-content/uploads/2025/04/NT13-PT.pdf>

<sup>xlii</sup> A redução da jornada de trabalho libera tempo essencial para estudos e qualificação profissional. Muitos jovens necessitam trabalhar para custear sua educação, e jornadas reduzidas possibilitariam melhor conciliação entre trabalho e vida acadêmica, resultando em uma força de trabalho mais qualificada no futuro. Essa medida é particularmente relevante para trabalhadores de baixa renda e qualificação, que necessitam de tempo para se capacitar e evitar o direcionamento para subempregos. Consulte ARRAES, L. S. Intervenção realizada na 18ª Reunião Extraordinária da Comissão de Assuntos Sociais do Senado Federal, Brasília, 9 jun. 2025. Veja também SENA, Caio César Alencar de. A pedagogia do esgotamento: quando a escala 6x1 encontra a Educação de Jovens e Adultos. In: ARRAIS, Tadeu Alencar; RIBEIRO, Rodrigo Lopes Cavalcanti; ANDRADE, Márcio Ayer Correia (Org.). **Atlas comentado da escala 6x1 no Brasil**. Niterói: Editora Uaná, 2025. p. 43-45.

<sup>xliii</sup> A Constituição Federal consagra a dignidade da pessoa humana como princípio fundamental (art. 1º, III). Nesse contexto, a jornada 6x1 é considerada exaustiva e incompatível com as condições humanas do século XXI, uma vez que limita o convívio familiar, educação, lazer e cuidados pessoais (vide *caput* do art. 6º). Diante dessa realidade, a redução da jornada proporciona tempo essencial para descanso, desenvolvimento pessoal e participação social, contribuindo, assim, para uma vida mais equilibrada.

<sup>xliv</sup> FERRAZ, A. S. Redução da jornada de trabalho e desigualdade social no Brasil. Intervenção realizada na 27ª Reunião Extraordinária da Comissão de Constituição, Justiça e Cidadania do Senado Federal, Brasília, 2 set. 2025.

<sup>xlvi</sup> INSTITUTO DATASENADO. **Pesquisa sobre jornada de trabalho e qualidade de vida.** Brasília: DataSenado, maio 2024. Disponível em: [https://www.senado.leg.br/institucional/datasenado/relatorio\\_online/pesquisa\\_trabalho/2024/interativo.html](https://www.senado.leg.br/institucional/datasenado/relatorio_online/pesquisa_trabalho/2024/interativo.html).

<sup>xlv</sup> No Chile, análise de 2013 indicou efeitos pequenos e não adversos da redução de 48 para 45 horas sobre a empregabilidade. Noutras palavras, demonstrou-se que a política de redução da jornada máxima de trabalho pode ser estabelecida sem impactos negativos significativos no emprego. Esse fato tornou-se argumento forte em favor da redução



---

posterior da jornada de trabalho máxima para 40 horas semanais. Confira SÁNCHEZ, R. Do reductions of standard hours affect employment transitions?: evidence from Chile. **Labour Economics**, v. 20, p. 24-37, 2013. DOI: 10.1016/j.labeco.2012.10.001. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.labeco.2012.10.001>. Veja também CHILE. **Lei nº 21.561, de 11 de abril de 2023**. Modifica o Código do Trabalho para reduzir gradualmente a jornada de trabalho. Biblioteca do Congresso Nacional do Chile, Santiago, 2023. Disponível em: <https://www.bcn.cl/leychile/navegar?idNorma=1191554>.

<sup>xlvi</sup> EQUADOR. **Código del Trabajo**. Artigo 47. Codificação 17. Registro Oficial Suplemento 167 de 16 de dezembro de 2005. Disponível em: [https://www.ces.gob.ec/lotaip/2020/Junio/Literal\\_a2/Código del Trabajo.pdf](https://www.ces.gob.ec/lotaip/2020/Junio/Literal_a2/Código del Trabajo.pdf).

<sup>xlvi</sup> Os exemplos do Equador, Chile e México demonstram que a redução da jornada de trabalho é viável também em países de renda média. Dessa forma, é possível – e necessário – que o Brasil se aproxime da vanguarda da América Latina. Sobre o México, consulte ÉPOCA NEGÓCIOS. México anuncia redução gradual da jornada de trabalho para 40 horas semanais até 2030. **Época Negócios**, São Paulo, maio 2025. Disponível em: <https://epocanegocios.globo.com/futuro-do-trabalho/noticia/2025/05/mexico-anuncia-reducao-gradual-da-jornada-de-trabalho-para-40-horas-semanais-ate-2030.ghtml>.

