



**Central dos
Trabalhadores
e Trabalhadoras
do Brasil**

maio de 2026

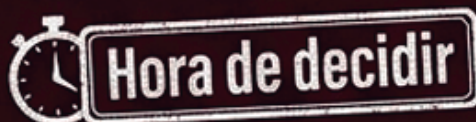
MENOS HORAS, MAIS VIDA

**A redução da jornada de trabalho
sem redução de salário é uma
tendência histórica e científica**

Por Adilson Araújo, presidente da CTB



**PEC do fim da escala 6x1:
votação na Câmara**



A CIÊNCIA E A HISTÓRIA JÁ RESPONDERAM

A JORNADA ATRAVÉS DOS SÉCULOS

1926

Henry Ford implanta a semana de 40h (5x2).
Produtividade e consumo disparam.

2015-19

Islândia reduz para 35-36h. PIB cresce 4.1% e o bem-estar explode.

Séc. XIX

Robert Owen propõe **8-8**: Trabalho, Lazer e Descanso, desafiando as jornadas de 16h.

2000

França adota as 35h semanais, gerando 350 mil novos postos de trabalho.

1926: A REVOLUÇÃO DE HENRY FORD

Mais do que Filantropia, Eficiência

Ao reduzir para 40h e manter o salário, Ford descobriu que:

- ✓ Trabalhadores descansados cometem menos erros.
- ✓ O tempo livre cria **trabalhadores-consumidores**.
- ✓ A lealdade e a retenção de talentos tornam-se diferenciais competitivos.



Convém notar que é precisamente a mesma reivindicação feita hoje pela classe trabalhadora brasileira, 100 anos depois, que com um século de atraso causa tanto alarmismo irracional no meio empresarial: jornada de 40 horas semanais com escala 5x2 sem redução de salários. Ford percebeu empiricamente que o rendimento caía drasticamente após certo número de horas trabalhadas devido à crescente exaustão. A mudança não só aumentou a produtividade diária dos operários na linha de montagem, como transformou os próprios trabalhadores em consumidores que agora tinham tempo para usar os carros que fabricavam. Em vez da catástrofe prevista por setores reacionários do patronato, o que se viu foi aumento da produtividade e do PIB.

O SUCESSO DA ISLÂNDIA

📈 **PIB:** Crescimento de 4,1%.

😊 **Bem-estar:** Níveis de estresse caíram drasticamente.

🕒 **Horas:** Redução para 35-36h sem corte salarial.

Atualmente, 86% da força de trabalho islandesa tem direito à jornada reduzida.

Reduzir a jornada de trabalho não significa produzir menos nem mesmo diminuir o número total de horas trabalhadas na sociedade, pois a necessidade de manter ou elevar o nível de produção gera novos postos de trabalho, abrindo vagas para milhões de desempregados, desalentados e subocupados. Por esta razão, associada à alta da produtividade, em vez de queda verifica-se o crescimento da produção e do PIB. Significa produzir melhor, garantindo que o trabalhador ou trabalhadora — o componente mais valioso das forças produtivas — permaneça saudável, inovador e sustentável a longo prazo. Significa uma distribuição mais justa e humana dos ganhos de produtividade decorrentes das inovações tecnológicas e outros fatores.

PRODUTIVIDADE VS. TEMPO DE TRABALHO

Alemanha (13o)

US\$ 72.00 / hora trabalhada

Brasil (86o)

US\$ 21.20 / hora

O Paradox Brasileiro

O Brasil é um dos países que mais trabalha horas brutas, mas figura entre os piores em geração de valor.

Trabalhar muito não é produzir bem.

Países com menor jornada (como Alemanha, Noruega e Dinamarca) investem em **intensidade e tecnologia**, não em exaustão física.

"O veredito histórico desmente o catastrofismo patronal – como no caso do economista Nassau Senior (1837) e sua 'última hora'."

COMBATE À DESINFORMAÇÃO

Em 1837, diziam que reduzir a jornada para 10h quebraria a Inglaterra. A história provou que o lucro não vem da exaustão, mas da **inovação e do equilíbrio social**.

EFICIÊNCIA GLOBAL (OIT)

PAÍS	HORAS SEMANAIS (MÉDIA)	PRODUTIVIDADE / HORA
Noruega	27,0 h	Alta (Top 5)
Dinamarca	26,5 h	Alta (Top 5)
Alemanha	25,6 h	Alta (Top 10)
Brasil	39,5 h	Baixa (86o)

**Países com menor jornada produzem mais por hora trabalhada.*

FRANÇA: O PODER DAS 35 HORAS



350.000

Novos empregos gerados diretamente pela reforma.



Qualidade

Melhoria no equilíbrio entre vida pessoal e profissional.



Consumo

Estímulo ao setor de turismo, lazer e serviços locais.

A BIOLOGIA DO TRABALHO

A ciência cognitiva prova que o cérebro humano atinge seu **pico de performance** em blocos de tempo menores. Após 6 horas de esforço contínuo, a taxa de erros sobe 300% e a criatividade cai a zero.

MENOS CANSAÇO = MAIS RESULTADO

**CENTRAL DOS TRABALHADORES E
TRALHADORAS DO BRASIL**

É HORA DE DECIDIR

A ciência e a história já deram o veredito.

PEC do fim da escala 6x1: Vote pela vida, vote pela produtividade real.

O QUE DIZEM AS EXPERIÊNCIAS REAIS?

Casos práticos e estudos acadêmicos que provam: reduzir a jornada é bom para o trabalhador e para o negócio.

CASE COFFEE LAB (SÃO PAULO)



Escala 4x3: Menos Custo, Mais Venda

A CEO **Isabela Raposeiras** adotou a jornada reduzida com resultados extraordinários:

- ✂️ **+35%** no faturamento anual.
- 👤 Rotatividade de funcionários **quase zero**.
- 🕒 Fim dos atrasos e faltas sistemáticas.

"A galera descansada, feliz com vida para além do trabalho, rende muito mais e atende melhor."

SEMANA DE 4 DIAS NO BRASIL

78%

DOS TRABALHADORES MANTIVERAM A QUALIDADE DAS ENTREGAS

61%

DAS EMPRESAS RELATARAM MELHORA NA EXECUÇÃO DE PROJETOS

INFOGRÁFICO: A MUDANÇA DE PARADIGMA



O modelo **100-80-100** (100% salário, 80% tempo, 100% produtividade) provou que o foco na tarefa supera o foco no relógio.



Antes da Redução

- ✗ Estresse e fadiga crônica
- ✗ Turnover (rotatividade) caro
- ✗ Absenteísmo elevado
- ✗ Erros por exaustão



Depois da Redução

- ✓ Equipe motivada e focada
- ✓ Retenção de talentos
- ✓ Menos erros e retrabalho
- ✓ Lucro **+30%** (Média global)

PROJEÇÕES ECONÔMICAS (UNICAMP)

Estudo de Marilane Teixeira

A redução para **36 horas semanais** é a chave para o pleno emprego e o crescimento sustentável no Brasil.

+4,5 Milhões

De novos postos de trabalho gerados no país.

+4% Produtividade

Elevação direta pela eficiência dos processos e bem-estar.



E OS ARGUMENTOS CONTRÁRIOS?

A história e os dados já os desmentiram. Vamos analisar as falácias do "catastrofismo patronal".

CONTINUA NA PRÓXIMA PÁGINA →



PRODUTIVIDADE É VIDA

A CTB defende o trabalho digno que gera riqueza para todos, não apenas lucro pela exaustão.

ARGUMENTOS NA CONTRAMÃO DA HISTÓRIA – E A REALIDADE BRASILEIRA

O que dizem os críticos

Vai quebrar as empresas

Perda de competitividade

Demissões em massa

(Nas entrelinhas: repetição dos argumentos de Nassau Senior/1837)

O que a história mostrou

Produtividade aumentou

PIB cresceu (Islândia, Ford, França)

Geração de empregos, não demissões

Pesquisa Quast: 68% do eleitorado apoia o fim da escala 6x1.
OIT: Brasil é 86º em produtividade por hora – muito aquém de países com jornada menor.



Reduzir a jornada não é produzir menos – é produzir melhor, distribuir ganhos de tecnologia e colocar milhões de desempregados para trabalhar.

Aprove a PEC. A história está ao lado do trabalhador.



Central dos Trabalhadores e Trabalhadoras do Brasil

"Ao contrário do alarmismo patronal, reduzir a jornada sem cortar salários é um caminho para mais produtividade, saúde e justiça social. A PEC que acaba com a escala 6x1 corresponde ao anseio da maioria e às tendências do desenvolvimento humano. O parlamento deve aprovar."

Adilson Araújo
Presidente da CTB

MOBILIZAÇÃO POPULAR

Sua voz é fundamental.

A história está ao lado do trabalhador. Junte-se a milhões de brasileiros que exigem o fim da exaustão e o início de uma nova era de dignidade laboral.

APROVE A PEC DO FIM DA ESCALA 6x1

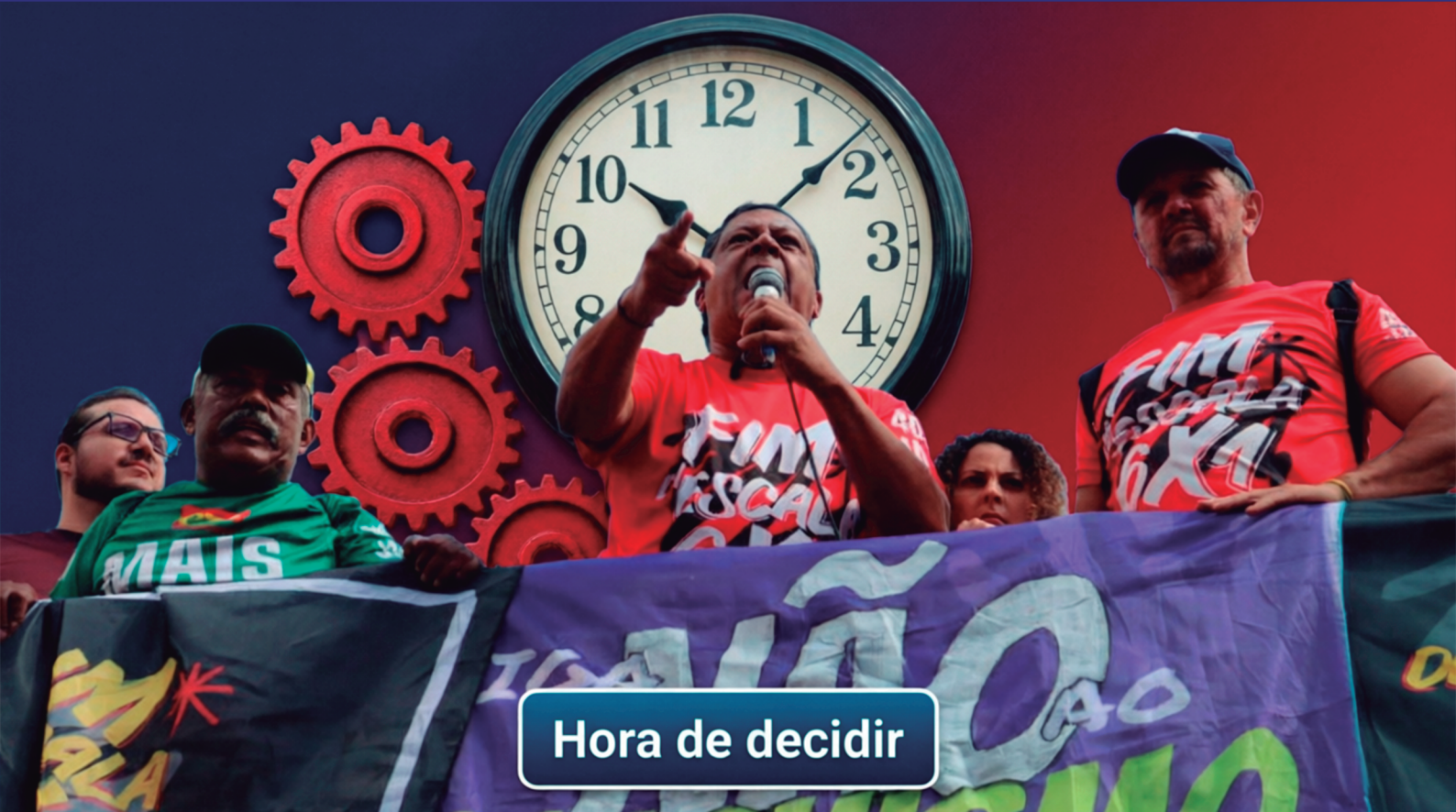
Apoie a Campanha



Divulgue o material gráfico.

“ **Trabalhadores descansados erram menos, atendem melhor e inovam mais.**

JUSTIÇA SOCIAL E EFICIÊNCIA ECONÔMICA



Hora de decidir

UNIDADE E LUTA

Institucional

Central dos Trabalhadores e Trabalhadoras do Brasil

Sede Nacional: São Paulo - SP

 ctb.org.br

 @ctb_oficial

 /ctbnacional

 @tvclassista

