

TRABALHA DE CARTEIRA ASSINADA? ESTE GUIA É PARA VOCÊ.

Manual do CLT

FIM DA ESCALA 6x1

O que muda na sua jornada e nas suas folgas?

Salário • Feriados • Faltas • Seus direitos



Weliton Moreira

ADVOGADO DO TRABALHADOR

Conhecimento para defender
o valor do seu trabalho.

01 • PRAZOS

Quando começa?

Anote as datas da mudança na regra geral.

1

Em 27/10/2026

A transição ainda está em curso. Não presuma que as duas folgas e o limite de 40 horas já são exigíveis para todos.

2

A partir de 16/12/2026

Limite geral de 42 horas semanais e início da regra de dois dias de repouso remunerado.

3

A partir de 16/12/2027

O limite geral cai para 40 horas semanais. São 14 meses contados da publicação.

Atenção: há regras especiais para algumas situações. Confira as páginas 5, 8 e 9. Base: EC 141/2026, arts. 6º e 10.

02 • JORNADA E REMUNERAÇÃO

Menos horas. Salário protegido.

As mudanças centrais, em linguagem simples.

Primeiro: 42 horas por semana

Quem trabalha 44 horas terá redução para 42 horas em 16/12/2026. Em 16/12/2027, o limite geral cai para 40 horas. A distribuição dos horários deve respeitar as regras aplicáveis.

A redução não autoriza corte salarial

A implementação deve preservar o salário, inclusive os pisos. Vale também para contratos de trabalho que já estão em andamento.

Já trabalha 40 horas ou menos?

Não existe redução proporcional automática da sua carga horária. A nova regra de descanso deve ser observada.

Exemplo simples

Se o salário fixo é R\$ 2.000, a adaptação da jornada não permite reduzi-lo para R\$ 1.800 só porque você trabalhará menos horas.

03 • DESCANSO

Como ficam as folgas?

Dois dias de repouso remunerado na regra geral.



As folgas podem ser em dias separados

Você não precisa folgar dois dias seguidos. Pode ser, por exemplo, terça e domingo. A regra geral é de duas folgas remuneradas por semana.

Sábado e domingo não são obrigatórios

Um dos descansos deve ser preferencialmente no domingo. Os dias exatos dependem da escala e das regras da categoria.

Posso vender um dia de folga para a empresa?

Não como um acordo para abrir mão do descanso obrigatório. A folga existe para proteger sua saúde. Receber um valor a mais não autoriza a empresa a eliminar esse direito.

E se eu trabalhar no dia da folga?

É preciso conferir a compensação e o pagamento previstos na lei e nas regras da categoria. Pagar pelo trabalho realizado não torna válida a retirada habitual das folgas.

Guarde sua escala e confira os descansos. Base: CLT, art. 611-B, IX; Constituição, art. 7º, XV.

04 • ESCALA DE PLANTÃO

E quem trabalha na escala 12×36?

São 12 horas de trabalho e 36 horas de descanso.



A escala 12×36 não acabou

Na alternância regular, são 36 horas em uma semana e 48 na outra: média de 42 horas. Ela pode continuar na primeira etapa, desde que seja válida e respeite as regras da categoria.

Atenção à etapa de 40 horas

A média de 42 horas não resolve, por si só, a adaptação ao futuro limite de 40. Será preciso conferir as regras específicas e os ajustes necessários.

A empresa pode trocar 5×2 por 12×36?

Não pode impor uma mudança que cause prejuízo ao trabalhador. A troca precisa ter base legal e respeitar o contrato e as regras da categoria. Não existe proibição absoluta de toda mudança entre essas escalas.

Antes de assinar uma alteração, peça uma cópia e procure orientação. Base: CLT, arts. 59-A e 468.

05 • FERIADOS

Folga e feriado: entenda a diferença.

A empresa deve respeitar seus direitos ao feriado e ao descanso.



Feriado é feriado. Fique de olho na escala!

A empresa não pode usar a mudança da escala para retirar direitos garantidos por lei ou pelo acordo da categoria. Se sua folga foi transferida para o feriado, confira o motivo e procure orientação.

E se a folga já caía naquele dia?

É diferente quando o feriado coincide com uma folga que já fazia parte da escala. Nesse caso, não existe direito automático a outro dia de descanso. Confira também as regras da categoria.

Se você trabalhar no feriado

Na regra geral, deve haver compensação com outro dia de descanso ou pagamento em dobro. A escala 12x36 tem regra própria sobre feriados, e a norma coletiva precisa ser conferida.

Guarde a escala antiga e a nova para conferir se houve retirada de algum direito. Base: Lei 605/1949, art. 9º; CLT, arts. 9º, 59-A e 468.

06 • FALTAS E DESCONTOS

Faltou sem justificar? Confira o desconto.

Uma falta pode afetar mais do que o pagamento daquele dia.



O dia não trabalhado pode ser descontado

A falta sem justificativa legal também pode afetar o pagamento do descanso semanal remunerado. Esse é o valor que você recebe pelo dia de repouso.

Uma falta pode gerar três dias de desconto?

Sim, poderá chegar a três dias: o dia da falta sem justificativa e o pagamento dos dois descansos da semana, se a regra de perda da remuneração do repouso for aplicada aos dois dias. Essa aplicação ainda depende de interpretação e das regras do caso.

Entregue a justificativa e guarde o comprovante

Se houver atestado ou outro motivo aceito pela lei, apresente o documento. Se aparecer desconto de três dias, peça o cálculo por escrito e procure orientação para conferir se ele é devido.

Perda do pagamento do repouso não significa perder o direito de descansar. Base: Lei 605/1949, art. 6º.

07 • QUEM TAMBÉM TEM DIREITO

Domésticas e motoristas

O direito ao descanso também alcança essas categorias.



Empregadas domésticas: sim!

As empregadas domésticas com vínculo de emprego também têm direito aos dois dias de descanso remunerado, a partir do início da nova regra. A Constituição estende a elas o direito ao repouso semanal. A mudança deve ser feita sem redução salarial.

Motoristas empregados: também!

Motoristas contratados como empregados também são abrangidos. A organização das folgas deve respeitar as regras próprias da profissão e os ajustes coletivos válidos, especialmente nas viagens de longa distância.

Atenção ao tipo de contratação

Essa garantia não se aplica automaticamente a diaristas autônomas, transportadores autônomos ou motoristas de aplicativo sem vínculo de emprego reconhecido. O que importa é a realidade do trabalho.

Base: Constituição, art. 7º, XV e § 1º; EC 141/2026; LC 150/2015; CLT, regras dos motoristas profissionais.

08 • ORIENTAÇÃO PRÁTICA

O que fazer agora

Organize as informações e acompanhe sua nova escala.

1. Peça informações ao RH

Solicite a data de adaptação, os horários, as folgas e a norma coletiva utilizada.

2. Guarde os documentos

Salve escalas, registros de ponto, contracheques e mensagens sobre a mudança.

3. Confira o que foi alterado

Compare as horas e o salário antes e depois. Anote divergências e datas.

4. Procure orientação

Antes de assinar alterações contratuais ou tomar decisões sobre faltas, leve os documentos para análise.

Há exceções para contratos públicos e para alguns empregados com diploma superior e remuneração elevada. Confira os arts. 8º e 9º da emenda.

Weliton Moreira | Advogado do Trabalhador

Material educativo. A aplicação depende do contrato, da categoria e das regras específicas. Edição de 27/10/2026.

FONTES OFICIAIS • LINKS PARA CONSULTA

EC 141/2026 — texto integral no Planalto
Agência Senado — aprovação e principais mudanças
Agência Senado — promulgação e transição
Lei 605/1949 — faltas, repouso e feriados
CLT — arts. 59-A e 468