ISSN: 2358-8829

DISCIPLINA DE TRABALHO E VIDA ACADÊMICA, COMO É POSSIVÉL CONCILIAR? ESTUDO SOBRE OS IMPACTOS DA ESCALA 6X1 EM CODÓ-MA

Milena Salazar Queiroz [1]
João Victor Silva Chagas [2]
Prof. Dr. Marco Antônio Machado Lima Pereira [3]

INTRODUÇÃO

"Deus ajuda quem cedo madruga." Esse ditado popular expressa uma ideia bastante difundida na sociedade: a de que o esforço, a disciplina e a dedicação ao trabalho são caminhos para alcançar uma vida digna. Entretanto, essa concepção também levanta alguns questionamentos, principalmente quando as exigências profissionais ocupam grande parte do tempo e dificultam outras atividades importantes, como estudar, descansar e conviver com outras pessoas.

Para compreender essa relação, é importante considerar que a organização do tempo de trabalho foi transformada ao longo da história, especialmente com o desenvolvimento do capitalismo industrial. Edward Palmer Thompson, em *Costumes em comum: estudos sobre a cultura popular tradicional*, de 1998, no capítulo "Tempo, disciplina de trabalho e capitalismo industrial", discute como o tempo passou a ser associado à produtividade e ao controle dos trabalhadores. Ao afirmar que "todo o tempo deve ser consumido, negociado, utilizado" (Thompson, 1998, p. 298), o autor permite refletir sobre uma lógica que valoriza o tempo produtivo e, muitas vezes, deixa em segundo plano o descanso, o lazer e outras dimensões da vida.

Essa discussão torna-se relevante ao observar a realidade dos estudantes que precisam conciliar o trabalho remunerado com a formação de nível superior. A graduação exige tempo para leituras, trabalhos e avaliações, atividades que podem se tornar mais difíceis diante de jornadas profissionais extensas e do cansaço acumulado. Nesse

[1] Graduanda do Curso de Licenciatura Interdiciplinar em Ciências Humanas – História da Universidade Federal do Maranhão - UFMA, Centro de Ciências de Codó, salazar.milena@discente.ufma.br
[2] Graduado pelo Curso de Licenciatura Interdisciplinar em Ciências Humanas – História da Universidade Federal do Maranhão – UFMA, Centro de Ciências de Codó, jvs.chagas@discente.ufma.br.
[3] Docente do Curso de Licenciatura Interdisciplinar em Ciências Humanas – História da Universidade Federal do Maranhão – UFMA, Centro de Ciências de Codó, marco.pereira@ufma.br.

contexto, a escala 6x1, caracterizada por seis dias de trabalho para um dia de descanso, merece atenção, pois pode reduzir o tempo disponível para estudar e recuperar as energias. Compreender essas dificuldades permite discutir não apenas a rotina de trabalho, mas também os desafios para a continuidade da formação acadêmica.

Diante dessas questões, este artigo tem como objetivo analisar a relação entre disciplina do trabalho e vida acadêmica, com ênfase nas dificuldades de conciliação entre o emprego e a formação de nível superior e nas experiências relacionadas à escala 6x1, tomando como recorte o município de Codó, no Maranhão. A pesquisa é orientada pela seguinte questão: como as exigências da jornada de trabalho interferem na rotina acadêmica dos estudantes trabalhadores e de que maneira as experiências relacionadas à escala 6x1 ajudam a compreender essas dificuldades? Busca-se, assim, discutir como a organização do tempo de trabalho se relaciona com as condições de estudo, descanso e continuidade da formação acadêmica.

Para desenvolver a pesquisa, adotou-se uma abordagem quanti-qualitativa, com levantamento bibliográfico e aplicação de um questionário on-line composto por dez perguntas, sendo cinco objetivas e cinco discursivas. Participaram dez estudantes de nível superior de Codó–MA que conciliam ou conciliaram os estudos com o trabalho remunerado. As respostas objetivas foram contabilizadas, enquanto as discursivas foram interpretadas, buscando compreender os desafios enfrentados pelos participantes na conciliação entre emprego, estudos e descanso.

METODOLOGIA (OU MATERIAIS E MÉTODOS)

A pesquisa foi realizada em Codó, município localizado no leste do Maranhão, a aproximadamente 300 km de São Luís. Segundo o IBGE (2022), a cidade possuía 114.275 habitantes, dos quais aproximadamente 75% se autodeclararam pretos ou pardos. Essa caracterização situa o recorte espacial do estudo, voltado às experiências de estudantes trabalhadores que conciliam a formação superior com as exigências profissionais.

Quanto aos procedimentos metodológicos, realizou-se um levantamento bibliográfico para fundamentar a discussão sobre tempo, disciplina de trabalho e capitalismo. Segundo Gil (2002), esse tipo de pesquisa permite acessar conhecimentos já produzidos em materiais como livros e artigos científicos. Neste estudo, o levantamento possibilitou estabelecer um diálogo com as reflexões de Edward Palmer Thompson sobre a disciplina do tempo de trabalho.

Para a coleta de dados, aplicou-se um questionário elaborado no *Google Forms*, composto por dez perguntas, sendo seis objetivas e quatro discursivas. Participaram dez estudantes de nível superior de Codó que conciliam ou já conciliaram trabalho remunerado e estudo. As respostas objetivas foram contabilizadas para identificar as opções mais selecionadas, enquanto as discursivas foram interpretadas a partir das experiências relatadas. Por fim, os resultados foram relacionados à discussão teórica, buscando compreender como as exigências profissionais interferem no tempo destinado aos estudos, ao descanso e às demais atividades acadêmicas.

REFERENCIAL TEÓRICO

O trabalho, é a base para a garantia da subsistencia humana, considerando o sistema capitalista de produção ao qual estamos inseridos, visto que, é a partir das práticas trabalhistas que milhões de pessoas por todo o mundo, conseguem ter acesso a condições basicas de vida, como alimentação, saúde e moradia, entre outras.

Segundo dados da Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios Contínua (PNAD Contínua), do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), até agosto de 2026, o Brasil registrou cerca de 39,4 milhões de trabalhadores do setor privado com carteira assinada, o maior número desde o início da série histórica, em 2012. Entre eles, há jovens que precisam conciliar o emprego com a formação em instituições públicas e privadas de ensino superior.

O acesso à universidade também é marcado pela desigualdade socioeconômica. Segundo Costa (2010 *apud* Castro, 2024, p. 7), apenas 13,8% dos jovens entre 18 e 24 anos estavam matriculados no ensino superior, com maior presença de estudantes dos estratos mais ricos. Essa desigualdade também afeta a permanência, pois jovens de baixa renda enfrentam obstáculos para concluir seus cursos (Castro, 2024, p. 7).

A escala 6x1 está presente em diversos setores do mercado de trabalho brasileiro e pode afetar especialmente os jovens de baixa renda que precisam conciliar emprego e formação superior. Nesse contexto, o principal desafio desses estudantes é administrar as responsabilidades acadêmicas com o pouco tempo disponível fora do trabalho, enfrentando também o cansaço físico e mental decorrente dessa dupla jornada.

A Consolidação das Leis do Trabalho (CLT) e a Constituição Federal de 1988 estabelecem, como regra geral, o limite de 8 horas diárias e 44 horas semanais de trabalho,

além de intervalos previstos conforme a duração da jornada. A escala 6x1, por sua vez, corresponde à organização em que o trabalhador exerce suas atividades por seis dias consecutivos e tem um dia de descanso, cuja distribuição depende da escala adotada[4].

Para o estudante trabalhador, essa rotina pode dificultar a conciliação entre emprego e formação acadêmica, reduzindo o tempo disponível para estudar, descansar, realizar tarefas domésticas e conviver com familiares e amigos. O acúmulo dessas responsabilidades pode provocar cansaço físico e mental, prejudicar o desempenho acadêmico e gerar frustração diante da dificuldade de atender às exigências do trabalho e da universidade.

Considerando que é necessário trabalhar para viver no Brasil, e que a educação é um direito garantido por lei a todos os cidadãos brasileiros. Para Vargas e Paula (2013) há uma falha na consolidação desse direito. Ainda segundo as autoras, a democratização do ensino somente se concretiza quando os estudantes, especialmente aqueles pertencentes às camadas populares, conseguem permanecer na universidade e concluir seus cursos.

Castro (2024), em estudo realizado na Universidade Federal do Pampa, analisou, por meio de entrevistas e dados de matrículas e reprovações, as dificuldades enfrentadas por estudantes trabalhadores. Entre os principais desafios, destacam-se a falta de tempo para estudar, o cansaço, a dificuldade de concentração, os problemas financeiros, a incompatibilidade entre os horários de trabalho e das aulas e a pouca compreensão de professores e empregadores diante da dupla jornada. Essas condições dificultam a permanência no ensino superior e ajudam a compreender como a rotina exaustiva da escala 6x1 pode prejudicar a vida acadêmica, especialmente pela redução do tempo de descanso físico e mental.

> No caso dos estudantes de baixa renda, deixar de trabalhar para se dedicar aos estudos não se configura como uma escolha individual, pois, no contexto social destes indivíduos, prevalece a necessidade de manutenção da sua vida e de seus familiares. Assim, estudar e, simultaneamente, trabalhar representam a única alternativa possível de continuidade nos estudos (Pereira, 2016, p. 21 apud Castro, 2024, p.8)

[4] Jornada de trabalho corresponde ao período de horas que o trabalhador deve cumprir diariamente ou semanalmente, enquanto a escala de trabalho define a distribuição dos dias de trabalho e de descanso. São exemplos a escala de segunda a sexta-feira e a escala 12x36, na qual se trabalha por 12 horas seguidas e se descansa pelas 36 horas seguintes.

ISSN: 2358-8829

Tendo em vista que este país detém de um grande e tenebroso passado escravocrata, que durou mais 3 séculos e moldou as relações de patrão e empregado, Reis e Tenório (2009) destacam que esta situação de luta pela permanência em universidades e conciliação entre estudo e trabalho, é ainda maior quando referente a população negra.

> É certo que a questão das condições materiais que pesam, sobremodo, na permanência nas universidades brasileiras afetam muitos estudantes, independente da cor da pele, mas é certo também que as diferenças e desigualdades históricas pesaram de forma distinta para negros e brancos. Os primeiros permaneceram à margem do processo socio-econômico, tendo-lhes sido negado, inclusive, o direito à educação. A interdição a escravos e pretos livres de frequentarem a escola acarretou uma desvantagem histórica que não foi compensada pela Abolição, em decorrência do lento processo de expansão do ensino público no país e de processos políticos discriminatórios. (Reis; Tenorio, 2009, p. 48)

Até a década de 1960, a maioria da população preta e parda era analfabeta e, portanto, não podia votar (Telles *apud* Reis, Tenorio, 2009, p. 48). Além da exclusão política e educacional, a população negra enfrentou condições de vida marcadas pela desigualdade e pela disseminação de estigmas que questionavam sua capacidade intelectual e sua própria humanidade. Essas ideias contribuíram para a permanência do preconceito racial na sociedade brasileira (Reis; Tenorio, 2009, p. 48).

Nesse contexto, compreende-se que as desigualdades sociais e raciais não desaparecem com o ingresso de pessoas negras nas instituições de ensino. Ao contrário, elas podem continuar presentes nas condições de permanência e nas dificuldades enfrentadas durante a formação acadêmica, especialmente quando se somam à necessidade de trabalhar para garantir o próprio sustento. Vargas e Paula (2013) destacam que as dificuldades enfrentadas pelos estudantes trabalhadores não são problemas estritamente individuais, nem dependem apenas do esforço pessoal. Segundo as autoras, "entre a intenção de um estudante que pretende ingressar na educação superior e seu efetivo ingresso, encontramos um importante obstáculo a transpor, relacionado à situação de trabalho. Por vezes o trabalho dificulta a escolarização, por vezes a ausência de trabalho impede a escolarização" (Vargas; Paula, 2013, p. 465).

Essa realidade evidencia a necessidade de ações das instituições de ensino e do poder público que considerem as necessidades desse público. Muitos estudantes trabalhadores frequentam cursos noturnos por ser o período compatível com seus empregos, mas nem sempre conseguem acessar serviços de assistência estudantil e

ISSN: 2358-8829

participar de eventos acadêmicos fora do horário das aulas. Somadas às exigências do trabalho, essas limitações dificultam a conciliação entre formação acadêmica, descanso e vida pessoal.

Para compreender a origem histórica dessa valorização do tempo de trabalho, recorre-se a Edward Palmer Thompson, especialmente ao capítulo 6, "Tempo, disciplina de trabalho e capitalismo industrial", da obra *Costumes em comum: estudos sobre a cultura popular tradicional*. O autor analisa as transformações provocadas pela industrialização na organização do trabalho e do tempo, destacando a imposição de rotinas rigorosas e extensas aos trabalhadores. Essas condições, marcadas pela exploração e pela limitação do descanso, ajudam a compreender a formação de uma lógica que prioriza a produtividade.

Embora os contextos históricos sejam distintos, essa discussão contribui para refletir sobre as dificuldades atuais dos estudantes trabalhadores. A organização da jornada de trabalho pode restringir o tempo disponível para estudar e descansar, tornando ainda mais difícil a permanência no ensino superior. Nesse sentido, a conquista de direitos trabalhistas e educacionais está relacionada às lutas sociais por melhores condições de vida, reforçando a importância de políticas que garantam tanto a proteção dos trabalhadores quanto o acesso e a permanência na educação.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A pesquisa foi realizada por meio de um questionário elaborado no *Google Forms*, composto por dez perguntas objetivas e discursivas, aplicado a dez estudantes do ensino superior que vivenciam ou vivenciaram a conciliação entre trabalho e estudo em Codó, Maranhão. Todos os participantes tinham entre 18 e 30 anos; 70% eram mulheres e 30% homens. Quanto à autodeclaração étnico-racial, todos se identificaram como pretos ou pardos. Em relação às instituições de ensino, 70% cursavam ou haviam cursado universidades públicas e 30%, instituições privadas.

A análise foi organizada a partir da apresentação de cada pergunta, seguida dos resultados e de sua interpretação, relacionando as experiências dos participantes às discussões teóricas sobre a disciplina do tempo de trabalho.

A primeira pergunta buscou identificar os motivos que levam os participantes a conciliar trabalho remunerado e formação superior: *"Com base na sua realidade, por que você precisa trabalhar e estudar?"*. As respostas permitiram compreender as

necessidades e expectativas que sustentam essa dupla jornada, considerando as condições de vida dos estudantes e as responsabilidades profissionais e acadêmicas.

> “Preciso dessa rotina devido a diversos fatores, um deles é custear o transporte para ir até a universidade e ser independente. Preciso estudar para ter um futuro digno, tanto para mim, quanto para meus pais. E transformar vidas, para que, um dia, toda essa luta diária faça valer a pena.” (Entrevistada 1)

> “Da necessidade de sustentar as despesas da casa. Meu pai faleceu em 2024. Já não estávamos em uma situação boa, mas com a morte dele as dívidas aumentaram. Finalizei meu ensino médio naquele ano e no início de 2025 consegui um estágio em uma empresa da cidade e futuramente fui contratado.” (entrevistado 8)

> “Porque minha família é baixa renda. e minha mãe não tem condições financeiras de arcar com todas as despesas da casa, e ainda com as minhas despesas pessoais. (transporte, roupa, etc...)” (Entrevistada 9)

As respostas evidenciam que os estudantes conciliam trabalho e estudo tanto pela necessidade de garantir o sustento próprio e familiar quanto pela expectativa de conquistar melhores condições de vida no futuro. Os relatos mostram que despesas com transporte, faculdade e necessidades básicas, além de dificuldades financeiras familiares, tornam o trabalho indispensável para alguns participantes. Ao mesmo tempo, a formação acadêmica é vista como um caminho para alcançar independência financeira e melhores oportunidades profissionais. Essa realidade pode ser relacionada às reflexões de Thompson sobre a disciplina do tempo de trabalho, uma vez que esses estudantes precisam dividir seu tempo entre as exigências profissionais e acadêmicas, o que pode dificultar a dedicação aos estudos e ao descanso.

As perguntas dois e três, de caráter objetivo, buscaram identificar a carga horária semanal de trabalho dos participantes e o tempo que conseguem dedicar aos estudos fora do ambiente acadêmico. Em relação ao trabalho, 40% afirmaram trabalhar até 44 horas semanais, 30% entre 20 e 40 horas, 20% acima de 44 horas e 10% até 20 horas. Quanto ao tempo de estudo fora da universidade, 70% conseguem dedicar entre uma e duas horas, enquanto 20% estudam por menos de uma hora e apenas 10% conseguem ultrapassar duas horas.

Esses dados evidenciam a desigualdade na distribuição do tempo entre o trabalho e a formação acadêmica. Enquanto uma parcela significativa dos participantes dedica muitas horas semanais ao emprego, a maioria dispõe de apenas uma a duas horas para estudar fora da universidade. Nesse cenário, o tempo restante precisa ser dividido entre

descanso, família, tarefas domésticas e outras necessidades cotidianas. Assim, a conciliação entre trabalho e estudo torna-se um desafio, pois as exigências profissionais podem limitar o tempo disponível para a formação superior, fazendo com que o estudante precise lidar com diferentes responsabilidades e prioridades.

A quarta pergunta aborda um ponto fundamental da pesquisa: os principais desafios enfrentados pelos estudantes na conciliação entre trabalho e formação acadêmica. Na sociedade capitalista, a valorização da produtividade e do esforço individual contribui para a disseminação de um discurso meritocrático, segundo o qual o sucesso depende principalmente da capacidade de se esforçar cada vez mais e realizar as tarefas em menos tempo. Nesse contexto, o estudante trabalhador pode acabar assumindo a responsabilidade individual por conciliar as duas rotinas, mesmo quando as condições de trabalho e a falta de tempo dificultam essa tarefa. Entretanto, essa conciliação não depende apenas do esforço pessoal, mas também de condições dignas de trabalho, do acesso à educação e do tempo necessário para descansar. Quando essas necessidades são deixadas em segundo plano, o acúmulo de responsabilidades pode tornar a rotina cada vez mais desgastante, como demonstram algumas das respostas dos participantes.

> "É tentar conciliar tudo isso de maneira organizada, e também, tentar não me aprofundar na tristeza que é viver dessa maneira. Me cobro por muitas coisas e uma delas é me contentar em não participar de quase nada da universidade devido o trabalho exaustivo de todos os dias." (Entrevistada 1)

> "Tentar conciliar essa jornada, se tornar muito difícil quando você precisa trabalhar para pagar suas contas e a sua faculdade ao mesmo tempo pois você não tem a opção de se dedicar a apenas um, por que simplesmente um precisa de outro." (Entrevistada 7)

As respostas da quinta questão evidenciam a insatisfação dos participantes com a existência de apenas um dia de folga semanal. A Entrevistada 1 descreve esse período como "sufocante", pois o domingo, que deveria ser destinado ao descanso, acaba sendo ocupado pelas tarefas domésticas, limitando o tempo para cuidar da própria saúde, estar com a família ou realizar atividades pessoais. De maneira semelhante, a Entrevistada 7 destaca que o dia de folga nem sempre é suficiente para descansar, já que também precisa ser utilizado para organizar as atividades domésticas e acadêmicas, embora ainda procure reservar algum tempo para estar com a família e se divertir. Esses relatos demonstram que a folga nem sempre representa um período efetivo de descanso, uma vez que outras responsabilidades continuam ocupando o tempo dos trabalhadores.

Essa realidade permite refletir sobre os impactos de uma rotina que concentra grande parte do tempo e da energia dos estudantes no trabalho, deixando poucas oportunidades para o descanso e a vida pessoal. Quando o único dia de folga é utilizado para cumprir outras obrigações, necessidades como cuidar da saúde, conviver com familiares e amigos e dedicar tempo a si mesmo podem acabar adiadas. Essa situação dialoga com as reflexões de Thompson (1998) sobre a disciplina do tempo na sociedade capitalista, na qual o tempo assume grande importância para a organização do trabalho. No caso dos participantes, porém, as exigências não se encerram ao fim da jornada profissional, pois continuam presentes nas tarefas domésticas e acadêmicas, tornando ainda mais difícil conciliar trabalho, estudo, descanso e lazer.

As questões seis e sete, nas quais os participantes podiam assinalar mais de uma opção, abordam aspectos centrais da pesquisa: as consequências da jornada de trabalho 6x1 para a vida acadêmica e social e as atividades universitárias mais prejudicadas por essa rotina. Na primeira questão, as opções mais selecionadas foram a falta de tempo para estudar e o cansaço físico, mental e emocional, seguidas pelo pouco tempo para estar com familiares e amigos e pela frustração com o próprio desempenho. Já na segunda questão, destacaram-se as dificuldades para participar de projetos acadêmicos, a privação de eventos e atividades de campo e os prejuízos à leitura, à realização de pesquisas e às atividades curriculares. Os resultados evidenciam que as dificuldades não se restringem ao tempo disponível para estudar, mas também afetam a participação dos estudantes em experiências acadêmicas importantes para sua formação.

Esses dados podem ser relacionados às reflexões de Edward Palmer Thompson sobre a disciplina do tempo de trabalho. Ao apresentar recomendações que valorizavam o aproveitamento constante do tempo, o autor faz uma referência a obra *O livro de farmácia do pobre* (1674) de Richard Baxter, onde informa: “que o tempo de seu sono seja apenas o que a saúde exige, pois o tempo precioso não deve ser desperdiçado com preguiça desnecessária”; “vista-se rapidamente”; “e faça as suas atividades com diligência constante” (Thompson, 1998, p. 296). Essa passagem ajuda a compreender uma lógica que valoriza a produtividade e a utilização contínua do tempo. Na realidade dos participantes, as exigências do trabalho, somadas às responsabilidades acadêmicas, reduzem as oportunidades de descanso e de participação na universidade para além das aulas. Dessa forma, a jornada de trabalho pode dificultar não apenas o rendimento nos

estudos, mas também o acesso a projetos, atividades de campo e outras experiências que contribuem para a formação superior.

A oitava questão buscou compreender se o salário mínimo recebido pelos participantes é suficiente para garantir condições de vida confortáveis ou se existe a necessidade de buscar outras fontes de renda. A maioria dos entrevistados afirmou que o valor não é suficiente para atender às necessidades cotidianas, mas não conseguem encaixar tempo para fazer outra renda. A Entrevistada 3 relata que "o salário mínimo não é suficiente para manter uma casa e pagar as despesas" e explica que, após ficar desempregada, começou a trabalhar com reforço escolar para obter renda complementar. Já o Entrevistado 7 destaca as dificuldades de sustentar a família com um único salário mínimo, considerando que vive com a mãe e os irmãos após o falecimento do pai.

Esses relatos evidenciam como as responsabilidades financeiras podem levar os trabalhadores a buscar outras atividades remuneradas, mesmo quando já precisam conciliar o emprego com os estudos. Essa realidade pode ser relacionada à lógica capitalista, marcada pela busca do lucro e pela valorização da produtividade, enquanto os trabalhadores precisam garantir sua sobrevivência com os rendimentos obtidos. Quando o salário não cobre as despesas básicas, a necessidade de ampliar a renda pode significar menos tempo para descansar, estudar e conviver com a família. Desse modo, o trabalho, que deveria contribuir para a manutenção da vida, também pode ampliar as dificuldades enfrentadas por quem busca conciliar a sobrevivência no presente com a formação acadêmica e a expectativa de um futuro melhor.

Por fim, as duas últimas questões reforçam as dificuldades enfrentadas pelos estudantes trabalhadores na conciliação entre emprego e formação acadêmica. Dos dez participantes, sete afirmaram já ter pensado em abandonar o curso, enquanto três negaram essa possibilidade. Além disso, todos consideraram que a escala 6x1 prejudica a saúde e a vida do estudante trabalhador. Esses resultados revelam como as exigências do trabalho podem comprometer não apenas o descanso e a vida pessoal, mas também a continuidade da formação superior.

Nesse sentido, Thompson contribui para compreender essa realidade ao discutir a construção de uma disciplina voltada ao trabalho constante. Ao citar William Temple, o autor destaca que "é considerável a utilidade de estarem constantemente empregadas, de algum modo, pelo menos durante doze horas por dia" (Thompson, 1998, p. 292), revelando uma concepção que valorizava a ocupação contínua. Embora inserida em outro

contexto histórico, essa ideia permite refletir sobre a permanência de uma lógica que prioriza o trabalho e a produtividade, dificultando, como demonstrado nesta pesquisa, a conciliação entre emprego, estudo, descanso e bem-estar.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A partir dos resultados obtidos, foi possível analisar como a disciplina do trabalho se relaciona com a vida acadêmica dos estudantes trabalhadores de Codó, no Maranhão. As respostas evidenciaram que conciliar emprego e ensino superior exige dividir o tempo entre diferentes responsabilidades, muitas vezes reduzindo as horas disponíveis para estudar, descansar, conviver com a família e participar de atividades acadêmicas. As experiências relacionadas à escala 6x1 reforçam essas dificuldades, especialmente diante do cansaço físico, mental e emocional relatado pelos participantes. Além disso, o fato de sete dos dez entrevistados já terem pensado em abandonar o curso demonstra como essa rotina pode comprometer a continuidade da formação acadêmica.

Esses resultados permitem compreender que as dificuldades enfrentadas não dependem apenas do esforço individual, mas também das condições de trabalho e de vida dos estudantes. Quando grande parte do tempo é destinada ao emprego, o descanso e os estudos acabam disputando as poucas horas restantes do dia. Essa realidade dialoga com as reflexões de E. P. Thompson sobre a disciplina do tempo na sociedade capitalista, marcada pela valorização do trabalho constante e da produtividade. Nesse contexto, a escala 6x1 ajuda a compreender como a organização da jornada de trabalho pode limitar o acesso dos estudantes a experiências importantes para sua formação e afetar seu bem-estar.

Diante disso, é necessário ampliar o debate sobre as condições de trabalho dos estudantes e desenvolver medidas que garantam seus direitos, incluindo o descanso e a possibilidade de permanecer no ensino superior sem comprometer a própria saúde. Cabe ao poder público, em diálogo com a sociedade, discutir alternativas que considerem as necessidades desses trabalhadores. Afinal, a educação pode abrir caminhos para melhores condições de vida, mas sua continuidade exige condições concretas para que o estudante consiga conciliar suas responsabilidades. **Há vida além do trabalho, e ela merece ser respeitada.**

Palavras-chave: Estudantes, Trabalhadores, Escala 6x1, Vida Acadêmica.

REFERÊNCIAS

BRASIL. **Constituição da República Federativa do Brasil de 1988.** Brasília, DF: Presidência da República, 1988. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/constituicao/constituicao.htm. Acesso em: 29 out. 2026.

BRASIL. **Decreto-Lei nº 5.452, de 1º de maio de 1943.** Aprova a Consolidação das Leis do Trabalho. Rio de Janeiro, RJ: Presidência da República, 1943. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/decreto-lei/del5452compilado.htm. Acesso em: 29 out. 2026.

CASTRO, Leonardo Gonçalves. **Desafios enfrentados pelo trabalhador-estudante em uma universidade federal.** 2024. 25 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado em Administração) – Universidade Federal do Pampa, Santana do Livramento, 2024. Disponível em: https://repositorio.unipampa.edu.br/handle/123456789/10535. Acesso em: 20 out. 2026.

FELDMANN, Guilherme; BRESSANE, Juliana Philippi. **Jornada de trabalho: o que diz a CLT? Tire as suas dúvidas!** Jusbrasil, 4 out. 2022. Disponível em: https://www.jusbrasil.com.br/artigos/jornada-de-trabalho-o-que-diz-a-clt-tire-as-suas-duvidas/1650510881. Acesso em: 20 out. 2026.

IBGE: empregos privados com carteira assinada atingem recorde histórico. **CNN Brasil**, 27 ago. 2026. Disponível em: https://www.cnnbrasil.com.br/economia/money/macroeconomia/ibge-empregos-privados-com-carteira-assinada-atingem-recorde-historico/. Acesso em: 15 out. 2026.

JORNADA DE TRABALHO. **Tribunal Superior do Trabalho**, [s. l.], [s. d.]. Disponível em: https://www.tst.jus.br/jornada-de-trabalho. Acesso em: 20 out. 2026.

REIS, Dyane Brito; TENÓRIO, Robinson Moreira. **Cotas e estratégias de permanência no ensino superior.** In: TENÓRIO, Robinson Moreira; VIEIRA, Marcos Antônio (org.). *Avaliação e sociedade: a negociação como caminho***.** Salvador: EDUFBA, 2009. p. 47–66.

THOMPSON, E. P. **Costumes em comum**: estudos sobre a cultura popular tradicional. Tradução de Rosaura Eichemberg. São Paulo: Companhia das Letras, 1998.

VARGAS, Hustana Maria; PAULA, Maria de Fátima Costa de. **A inclusão do estudante-trabalhador e do trabalhador-estudante na educação superior: desafio público a ser enfrentado.** Avaliação: Revista da Avaliação da Educação Superior, Campinas; Sorocaba, v. 18, n. 2, p. 459–485, jul. 2013. Disponível em: https://doi.org/10.1590/S1414-40772013000200012. Acesso em: 20 out. 2026.