
Entrevista

Psicologia e luta pelo fim da “Escala 6x1” no Brasil: entrevista com Rick Azevedo

Sergio Dias Guimarães Junior¹

¹ <https://orcid.org/0000-0001-5522-6646> - Departamento de Psicologia Social e Institucional, Instituto de Psicologia, Universidade do Estado do Rio de Janeiro (UERJ), Rio de Janeiro, RJ, Brasil.

Resumo

Trata-se de breve entrevista realizada com Rick Azevedo: trabalhador, político e ativista brasileiro. Fundador do Movimento “Vida Além do Trabalho” (VAT), Rick representa uma das principais lideranças da classe trabalhadora pelo fim da “Escala 6x1” em âmbito nacional, além de ser vereador eleito no município do Rio de Janeiro em 2024. A entrevista aborda, de forma sucinta, temas como a relação tempo-trabalho, a precariedade das condições de vida e trabalho no Brasil, os desafios e potencialidades dos movimentos de resistência e organização política de trabalhadoras/es, as condições estruturais da díade saúde-adoecimento mental relacionado ao trabalho, a relevância da aproximação de iniciativas universitárias com movimentos sociais, e o papel da Psicologia - enquanto ciência e profissão - diante desse complexo panorama. Estima-se que o conteúdo reunido na entrevista possa potencializar a emergência de outros debates sobre a temática, envolvendo estudantes de cursos de graduação e pós-graduação em Psicologia e também profissionais da área, na intenção de contribuir com o fortalecimento dos mecanismos de proteção da saúde, garantia de direitos e afirmação de formas de vida e trabalho dignas, elementos fundamentais para os esforços ético-políticos de efetivação do compromisso social da Psicologia brasileira.

Palavras-chave: Precarização do Trabalho, Psicologia, Movimentos Sociais, Saúde do Trabalhador.

Psychology and the fight to end the "6x1 Scale" in Brazil: an interview with Rick Azevedo

Abstract

This is a brief interview with Rick Azevedo: a Brazilian worker, politician, and activist. Founder of the “Life Beyond Work” (VAT) Movement, Rick is one of the leading figures in the working class's fight to end the “6x1 work schedule” nationwide, and he will also be an elected city councilor in Rio de Janeiro in 2024. The interview succinctly addresses topics such as the relationship between time and work, the precariousness of living and working conditions in Brazil, the challenges and potential of resistance movements and political organization of

Submissão: 21/05/2026

Aceite: 14/06/2026

Editora Responsável: Liliam Deisy Ghizoni

Editora de Leiute: Gracilene Paiva Araujo

Editora Administrativa: Thamyris Pinheiro Maciel

Como citar este artigo: Guimarães Junior, S. D. (2026).

Psicologia e luta pelo fim da “Escala 6x1” no Brasil:

entrevista com Rick Azevedo. *Trabalho (En)Cena*. 11

(contínuo), e026005. 01-09. <https://doi.org/10.31501/2526-1487e026005>

workers, the structural conditions of the mental health-illness dyad related to work, the relevance of bringing university initiatives closer to social movements, and the role of Psychology – as a science and profession – in this complex panorama. It is estimated that the content gathered may enhance the emergence of other debates on the subject, involving undergraduate and graduate students in Psychology, as well as professionals in the field, with the intention of contributing to the strengthening of mechanisms for protecting health, guaranteeing rights, and affirming dignified ways of life and work—fundamental elements for the ethical and political efforts to realize the social commitment of Brazilian Psychology.

Keywords: Precariousness of Work, Psychology, Social movements, Worker's health

A proposição da entrevista aqui apresentada foi motivada pela efervescência dos debates atuais sobre o fim da chamada “Escala 6x1” no Brasil e suas reverberações no campo social e no contexto acadêmico, particularmente no conjunto diverso de saberes e práticas em Psicologia. Assume-se que esses debates representam um potente dispositivo para se pensar a complexidade da atual morfologia do trabalho no país e suas intempéries para as classes trabalhadoras, sobretudo os efeitos psicossociais da precariedade da vida/trabalho e os limites e possibilidades de enfrentamento coletivo e organização política no atual tempo histórico.

É sabido que a crise estrutural do capital e suas formas de trabalho subjacentes produzem efeitos variados que repercutem em amplas dimensões do campo social, seja na esfera política, jurídica, ambiental, cultural e na seara trabalhista, com destaque para o gradativo processo de perda de direitos sociais e a preocupante nocividade das relações laborais para a saúde e segurança das classes trabalhadoras. Diante desse panorama, a retórica de Fisher (2020) dispensa eufemismos: de fato, parece mais fácil imaginar o fim do mundo do que o fim do capitalismo.

No território brasileiro, caracterizado por um modelo particular de capitalismo dependente de forte base colonialista, o fenômeno da precarização estrutural do trabalho (Antunes, 2019) capilariza-se em sua multidimensionalidade na destruição da legislação protetiva, na flexibilização de relações e vínculos laborais, na precariedade das condições de saúde e segurança, e também nos desafios - cada vez mais acentuados pela lógica ultraconcorrencial e individualista da atualidade - para as formas de organização política e coletivização representativa de trabalhadoras e trabalhadores de diferentes setores e categorias profissionais. Um cenário orquestrado pela hegemonia do capital em sua acepção neoliberal, digital, algorítmica e financeirizada cuja racionalidade - marcada pela concorrência desmedida e pela consolidação do “eu-empresa” como referencial de subjetivação (Dardot & Laval, 2016) - faz com que os sujeitos sejam, no limite, os agentes centrais de sua própria expropriação.

Trata-se, portanto, de um sistema social - de modos de vida e trabalho - que possui um caráter eminentemente paradoxante (Gaulejac & Hanique, 2024) - e que, por isso mesmo, se pretende ultramoderno mas, para tal, necessita manter suas bases tradicionais atualizadas e sempre vivas. Sobre esse ponto, as contradições inerentes à relação tempo-trabalho no capitalismo representam um exemplo categórico. Em um cenário de “tempos modernos e jornadas antigas”, de acordo com Basso (2018), mesmo com exponenciais avanços tecnológicos, as condições e jornadas de trabalho remontam cada vez mais a fases primitivas do capitalismo - a seu protótipo fundante - e não repercutem em aumento de "tempo livre" para a classe trabalhadora, que encontra-se mergulhada em um cenário de crescente intensificação do trabalho e exploração em diferentes níveis existenciais. Nota-se que esse processo é reforçado pela perda de direitos trabalhistas e destruição estratégica da legislação protetiva que faz com que haja prevalência de formas flexíveis, intermitentes e informais de trabalho, com consequente prolongamento de jornadas por parte da classe trabalhadora, visando manter suas condições concretas e materiais de sobrevivência, principalmente no caso de populações socialmente mais vulneráveis. Esses são alguns dos principais elementos que estão presentes nos debates atuais sobre o fim da “Escala 6x1” no Brasil.

Ainda sobre o caráter paradoxal do trabalho capitalista, a suposta modernidade alardeada na arena laboral anda lado a lado com fundamentos arcaicos/colonialistas de sua historicidade e constituição, fato que evidencia que pensar criticamente as relações laborais no Brasil é uma tarefa que exige fundamentalmente a consideração dos elementos centrais da formação social brasileira - como o escravismo colonial e suas reverberações (Prado Júnior, 1975) - que representaram, de acordo com Moura (2014), a plasmação do *ethos* do país e que posteriormente foram reforçados por ideologias do branqueamento, pelo mito da democracia racial e, em particular, por formas de divisão racial e sexual do trabalho.

Por isso mesmo, debates acerca das relações laborais na realidade brasileira e seus efeitos psicossociais devem adotar uma mirada crítica que considere o complexo entrecruzamento de diferentes categorias sociais - como raça, classe e gênero, assim como deficiência, idade, sexualidade, etnia e outras - que possuem efeitos interseccionais diversificados nas condições de vida e trabalho das classes trabalhadoras. Uma mirada que, por exemplo, aposte na interseccionalidade como operador ético-político para análises e intervenções no campo das ciências do trabalho, especialmente no que tange aos esforços voltados para o binômio trabalho-saúde (Guimarães Junior & Freitas, 2024).

No campo da Psicologia brasileira, enquanto ciência em profissão, a qualificação eticamente referenciada desses debates pode ser útil tanto para se (re)pensar modos e ferramentas de atuação com diferentes trabalhadoras/es, quanto para reconhecer o crescente processo de precarização do trabalho de profissionais psicólogas/os no país - como as condições laborais precárias de profissionais no âmbito das políticas públicas e a crescente plataformização do trabalho na atuação clínica. Nesse horizonte, a questão provocativa/reflexiva que se coloca então é como a Psicologia - em particular na interface dos saberes e práticas psicológicas com a categoria “trabalho” - pode tanto contribuir com os esforços e mecanismos de proteção, conscientização e emancipação da classe trabalhadora quanto reforçar seus modos de alienação, exploração e dominação a serviço do *ethos* do capital. O que está em questão, portanto, é o dilema ético-político em torno dos desafios e possibilidades que impedem ou permitem que este campo de saberes e práticas tão diversas, e por vezes contraditórias, possa suplantar suas heranças instrumentais, classificatórias, adaptacionistas e contribuir efetivamente para a transformação da realidade social, a garantia de direitos e, por isso mesmo, a efetivação de seu compromisso social. A realização desta entrevista e a aposta de sua circulação entre estudantes e profissionais do “campo psi” representa um exercício direcionado a esses esforços.

Trata-se de breve entrevista realizada com Rick Azevedo: trabalhador, político e ativista brasileiro. Fundador do Movimento “Vida Além do Trabalho” (VAT), Rick representa uma das principais lideranças da classe trabalhadora pelo fim da “Escala 6x1” em âmbito nacional, além de ser vereador eleito no município do Rio de Janeiro em 2024. A entrevista aborda, de forma sucinta, temas como a precariedade das condições de vida e trabalho no Brasil, os desafios e potencialidades dos movimentos de resistência e organização política de trabalhadoras/es, as condições estruturais da díade saúde-adoecimento mental relacionado ao trabalho, a relevância da aproximação de iniciativas universitárias com movimentos sociais, e o papel da Psicologia - enquanto ciência e profissão - diante desse complexo panorama. Temas que podem servir de subsídio para importantes reflexões acerca da defesa de direitos sociais, da proteção da saúde e da afirmação de formas de vida e trabalho dignas diante das inúmeras armadilhas impostas pela razão dogmática neoliberal (Guimarães Junior et al., 2023).

Dessa maneira, a breve entrevista apresentada a seguir foi realizada virtualmente (via aplicativo *WhatsApp*), no dia 16 de março de 2026, e viabilizada por integrantes do gabinete do vereador, cuja agenda de compromissos encontrava-se bastante ocupada devido à efervescência

dos debates acerca da “Escala 6x1” em níveis nacional e internacional. Por isso, há de se reforçar o agradecimento pelo período de tempo disponibilizado mesmo diante de tantos compromissos e pela atenção cuidadosa dedicada ao convite para a realização da entrevista.

Por fim, estima-se que o conteúdo reunido na entrevista possa potencializar a emergência de outros debates sobre a temática, envolvendo estudantes de cursos de graduação e pós-graduação em Psicologia e também profissionais da área, na intenção de contribuir com o fortalecimento dos mecanismos de proteção da saúde, garantia de direitos e afirmação de formas de vida e trabalho dignas, elementos fundamentais para os esforços ético-políticos de efetivação do compromisso social da Psicologia brasileira.

Entrevista

Sergio Guimarães: Com base em suas experiências de vida e militância, quais os principais desafios do cenário trabalhista brasileiro na atualidade?

Rick Azevedo: Eu venho de uma trajetória muito comum no Brasil. Comecei a trabalhar cedo, passei por comércio, por atendimento direto ao público, por jornadas pesadas. O que eu vejo hoje é que o principal desafio é justamente o trabalhador estar vivendo numa lógica de sobrevivência permanente. A pessoa acorda cansada, trabalha cansada, volta para casa já pensando no dia seguinte. Isso vai minando sonho, projeto de vida, estudo. O cenário trabalhista brasileiro ainda é muito marcado por desigualdade de poder. Quem precisa do emprego quase sempre aceita condições que sabe que são injustas, porque a alternativa é o desemprego.

Sergio Guimarães: Nesse contexto, qual a importância das lutas do *Movimento Vida Além do Trabalho* e a mobilização pelo fim da escala 6x1? Agradeço se puder explicar um pouco desses dois movimentos.

Rick Azevedo: O Movimento Vida Além do Trabalho surge dessa percepção coletiva de limite. Não foi algo planejado em laboratório. Foi um grito de gente real que percebeu que estava perdendo a própria vida dentro do trabalho. A mobilização pelo fim da escala 6x1 simboliza isso. Não se trata só de um dia a menos de trabalho. Trata-se de devolver tempo de existência para as pessoas. Tempo para estudar, para cuidar da saúde, para conviver. É uma pauta

profundamente humana. Quando a gente fala em reorganizar jornada, a gente está falando em reorganizar a própria ideia de dignidade.

Sergio Guimarães: De acordo com sua opinião, quais os principais desafios e obstáculos encontrados para a efetivação concreta desses objetivos?

Rick Azevedo: Os obstáculos são muitos. Existe resistência econômica evidente, porque há setores que lucram com jornadas extensas e mão de obra fragilizada. Mas também existe um obstáculo cultural. Muitos trabalhadores foram ensinados a acreditar que sofrer é parte natural do caminho. Que descansar é fraqueza. Que reclamar é falta de gratidão. Romper com essa mentalidade é um processo lento. Além disso, a informalidade e a insegurança no emprego fazem com que muita gente tenha medo de se posicionar.

Sergio Guimarães: Diante do aumento exponencial do número de casos de afastamento do trabalho por transtornos mentais e comportamentais, qual a importância dos debates relacionados à saúde mental da classe trabalhadora?

Rick Azevedo: O aumento dos afastamentos por questões mentais mostra que o corpo e a mente estão dizendo basta. A saúde mental virou um espelho do modelo de trabalho que a gente construiu. Quando milhões de pessoas adoecem ao mesmo tempo, isso deixa de ser caso individual. Passa a ser uma questão social. Por isso esse debate é tão importante. Não se trata apenas de tratar sintomas, mas de questionar as condições que produzem esse sofrimento.

Sergio Guimarães: O Brasil é o país que tem o maior número de profissionais de Psicologia no mundo. Diante desse dado, como você considera que esta categoria profissional pode auxiliar nas lutas por direitos da classe trabalhadora?

Rick Azevedo: A Psicologia tem um papel muito relevante nisso tudo. Pode ajudar a ampliar a compreensão de que o sofrimento relacionado ao trabalho não é sinal de fraqueza pessoal. É resposta humana a contextos muitas vezes desumanizadores. Psicólogas e psicólogos podem contribuir no acolhimento, na produção de conhecimento e também no debate público. Quando a categoria se aproxima das pautas sociais, ela fortalece a construção de políticas mais justas.

Sergio Guimarães: Em sua visão, como a academia (pesquisadoras/es, estudantes e comunidade acadêmica em geral) pode contribuir com os movimentos sociais e com as lutas emancipatórias do campo trabalhista?

Rick Azevedo: A academia pode contribuir muito quando se conecta com a realidade concreta. Pesquisa que dialoga com a vida das pessoas tem potência transformadora. Estudantes e pesquisadores podem ajudar a qualificar o debate, trazer dados, formular propostas. E, ao mesmo tempo, aprendem com a experiência dos movimentos sociais. Essa troca é fundamental para que o conhecimento não fique restrito aos espaços formais.

Sergio Guimarães: Em diferentes situações de trabalho, é possível observar uma forte tendência de individualização e culpabilização do sujeito trabalhador por suas questões de saúde mental. Tendência que, não raras vezes, é reforçada pelas/os próprias/os trabalhadoras/es e também por profissionais do campo da saúde mental (incluindo psicólogas/os). Em sua opinião, quais os riscos desse panorama?

Rick Azevedo: O risco da individualização é enorme. Quando o trabalhador passa a acreditar que o problema é só dele, ele se isola. Sente culpa. Sente vergonha. E deixa de questionar estruturas que são coletivas. Isso fragiliza a capacidade de mobilização e reforça um ciclo de adoecimento silencioso. É importante reconstruir a ideia de que saúde mental também é uma questão de condições de vida e de trabalho.

Sergio Guimarães: Com base em sua experiência, como os discursos meritocráticos e a ideologia individualizante do empreendedorismo podem representar obstáculos para as lutas da classe trabalhadora por direitos?

Rick Azevedo: O discurso meritocrático e a ideologia do empreendedorismo individual muitas vezes criam uma narrativa sedutora, mas incompleta. Vendem a ideia de que tudo depende apenas do esforço pessoal. Só que ignoram as desigualdades de ponto de partida, o cansaço acumulado, a falta de tempo para se qualificar. Quando cada trabalhador se vê como um competidor isolado, fica mais difícil construir solidariedade e lutar por direitos coletivos.

Sergio Guimarães: Diante das lutas por direitos sociais e trabalhistas na atualidade, qual mensagem você gostaria de transmitir para estudantes e profissionais do campo da Psicologia no Brasil?

Rick Azevedo: A mensagem que eu deixo para estudantes e profissionais da Psicologia é que o cuidado com a saúde mental precisa estar conectado com a realidade social do país. O sofrimento não nasce no vazio. Ele tem contexto, tem história, tem estrutura. Quem atua nessa área pode ajudar a construir caminhos para que o trabalho deixe de ser fonte de adoecimento e volte a ser instrumento de realização e autonomia.

Referências

- Antunes, R. (2019). *O privilégio da servidão: O novo proletariado de serviços na era digital* (2ª ed.). Boitempo.
- Basso, P. (2018). *Tempos modernos, jornadas antigas: Vidas de trabalho no início do século XXI* (P. Villen, Trad.). Editora da Unicamp.
- Dardot, P., & Laval, C. (2016). *A nova razão do mundo: Ensaio sobre a sociedade neoliberal*. Boitempo.
- Fisher, M. (2020). *Realismo capitalista: É mais fácil imaginar o fim do mundo do que o fim do capitalismo?* Autonomia Literária.
- Gaulejac, V. de, & Hanique, F. (2024). *Capitalismo paradoxante: Um sistema adoecedor*. Hucitec Editora.
- Guimarães Junior, S. D., Ferreira, J. B. de O., & Freitas, L. G. de. (2023). Neoliberalismo e produção de subjetividade: Elementos para uma crítica da razão dogmática neoliberal. *Psicología del Trabajo y las Organizaciones*, 27(43), 69–86.
- Guimarães Junior, S. D., & Freitas, L. G. de. (2024). Um olhar decolonial para a psicologia do trabalho no Brasil: Epistemologias e imaginários para além da mercado-lógica do capital. *Trabalho (En)Cena*, 9(Contínuo), Artigo e024028. <https://doi.org/10.20873/2526-1487e024028>
- Moura, C. (2014). *Dialética radical do Brasil negro* (2ª ed.). Fundação Maurício Graboys; Anita Garibaldi.
- Prado Júnior, C. (1975). *Formação do Brasil contemporâneo: Colônia*. Brasiliense.

Informações sobre os autores

Sergio Dias Guimarães Junior

Endereço institucional: Instituto de Psicologia - Universidade do Estado do Rio de Janeiro (UERJ) - Campus Maracanã. Rua São Francisco Xavier, 524, Maracanã, Rio de Janeiro – RJ – Cep 20550-900. Departamento de Psicologia Social e Institucional - 10º andar - Sala 10.023 - bloco E.

E-mail: sergiodiasguima@gmail.com

Contribuição do Autor	
Autor 1	Concepção, planejamento, realização e transcrição da entrevista. Preparação, escrita, formatação e revisão do texto.