GUIA ESPECIAL | BRASIL | OUTUBRO 2026

ESCALA 5x2

LÍDER RH

Uma nova organização do tempo de trabalho

Entenda as duas folgas, a redução da jornada e os cuidados para colocar a mudança em prática.

S	T	Q	Q	S	S	D
DIA 1	DIA 2	DIA 3	DIA 4	DIA 5	FOLGA	FOLGA

NESTA EDIÇÃO

Prazos • Exemplos de horários • Fins de semana
Planejamento de equipes • Dúvidas frequentes

Informações verificadas em 22 de outubro de 2026.

LÍDER RH

01 / ENTENDA

Cinco dias de trabalho. Dois de descanso.

O nome da escala indica os dias trabalhados e os dias de folga. A carga horária é outra informação: também precisa ser conferida.

Exemplo A • rotina de segunda a sexta

SEG	TER	QUA	QUI	SEX	SÁB	DOM
Trabalho	Trabalho	Trabalho	Trabalho	Trabalho	Folga	Folga

Exemplo B • operação que abre aos domingos

SEG	TER	QUA	QUI	SEX	SÁB	DOM
Trabalho	Trabalho	Trabalho	Trabalho	Folga	Folga	Trabalho

Folga não significa necessariamente sábado e domingo. A referência é de dois repousos remunerados por semana, um deles preferencialmente aos domingos. [1]

Os calendários são ilustrativos. A distribuição real depende das regras da categoria e da organização da operação.

02 / TRANSIÇÃO

A mudança acontece em etapas.

A PEC 221/2019 foi transformada na Emenda Constitucional 141/2026, promulgada em 16/10/2026. [2]

1 Publicação e preparação

O registro do Senado informa publicação no DOU de 16/10/2026. É o marco para acompanhar a transição. [2]

2 Após 60 dias

Regra geral: duas folgas e teto de 42 horas semanais. [3]

3 Após mais 12 meses

O teto chega a 40 horas semanais, mantendo os dois descansos e sem redução salarial. [3]

Terceirizados da administração pública têm transição específica. Confira o contrato e o enquadramento antes de definir o prazo. [3]

03 / NA PRÁTICA

Como ficam os horários?

Simulações didáticas para uma distribuição uniforme em cinco dias. O intervalo de almoço não integra as horas de trabalho nestes exemplos.

FASE DE 42 HORAS

42 ÷ 5 = 8h24 por dia

08h às 12h
13h às 17h24

FASE DE 40 HORAS

40 ÷ 5 = 8h por dia

08h às 12h
13h às 17h

O que observar no ponto

Registre entradas, saídas e intervalos. Ao montar a escala, some o tempo efetivamente trabalhado em cada dia e na semana.

As 8h24 ilustram a distribuição das duas horas adicionais na fase transitória de 42 horas, conforme explicação da Agência Brasil. [3]

Compensação, banco de horas e horas extras exigem análise das regras aplicáveis; não basta alterar o nome da escala.

04 / EMPRESAS

A empresa pode abrir.

As equipes se revezam.

Uma operação de sete dias não exige que cada pessoa trabalhe sete dias. Planejar a cobertura é o centro da adaptação.



Exemplo de cobertura, sem dimensionamento de pessoal. Em uma empresa real, também é preciso cobrir pausas, férias e ausências.

01 Mapeie a demanda

Identifique dias e horários de maior movimento.

02 Revise a capacidade

Compare horas disponíveis com o serviço necessário.

03 Comunique a escala

Defina responsáveis, turnos, folgas e registro de ponto.

05 / CONSULTA RÁPIDA

Perguntas que merecem atenção.

Use este guia para conversar com a equipe e preparar a adaptação.

O salário pode cair com a redução?

A mudança prevê preservação salarial. [1]

Quem já faz 5x2 precisa conferir algo?

Sim. Cinco dias de trabalho podem hoje somar 44 horas. Confira o total semanal e os limites de cada etapa. [1, 3]

As folgas podem ser redistribuídas?

Há previsão excepcional por acordo ou convenção coletiva, com compensação no mesmo mês e garantia de descanso semanal. [3]

Antes de implantar, valide o enquadramento da categoria, as regras coletivas e os regimes especiais com o responsável trabalhista.

FONTES E CRÉDITOS

[1] Senado Notícias • Aprovação da PEC • 14/10/2026

[2] Senado Federal • Tramitação da PEC 221/2019

[3] Agência Brasil • Promulgação e transição • 16/10/2026

Material informativo. Exemplos e ilustrações editoriais próprios. Fontes clicáveis.