

There are no translations available.

## **Circular 2536-2023**

**Transcribimos a ustedes un artículo muy interesante sobre la reforma de la jornada laboral.**

**El artículo fue escrito por Gerardo Hernández, el 30 octubre del 2023, publicado en el diario “El Economista”.**

### **Rumbo a la reforma de las 40 horas: “México tiene jornadas largas y salarios bajos”**

En la tercera sesión del Parlamento Abierto en la Cámara de Diputados para discutir los alcances de la reforma constitucional para reducir de 48 a 40 horas la jornada laboral, académicos, especialistas y representantes sindicales destacaron los beneficios de este cambio para los trabajadores.

“México es un caso insólito. Los mexicanos trabajan muchas horas y con salarios que no compensan esas horas de trabajo. Tenemos **jornadas muy largas** y salarios muy bajos”, expuso Saúl Escobar, investigador de la Dirección de Estudios Históricos del Instituto Nacional de Antropología e Historia (INAH).

Durante la tercer sesión del Parlamento Abierto sobre la [reforma para reducir la jornada laboral](#), especialistas y representantes sindicales coincidieron en que la reducción del límite legal de tiempo de trabajo

tiene más beneficios que desventajas.

En el espacio organizado por la Cámara de Diputados, Saúl Escobar explicó que la experiencia internacional de Estados Unidos y Europa muestra que la disminución del tiempo de trabajo ha permitido un crecimiento en el **ingreso promedio por hora laboral**.

“Hay un descenso constante de las horas de trabajo en todo el mundo, con excepción de África y Asia. En **Europa**, por ejemplo, el tiempo de trabajo ha disminuido de 45 a 32 horas desde la posguerra a la actualidad. En **Estados Unidos** desde 1960 también hay un descenso constante, aunque menos pronunciado que Europa”, compartió el especialista.

Sin embargo, Claudia Esqueda reconoció que la disminución del tiempo de trabajo **debe ser progresiva**

Para ello, expuso, la Organización Internacional del Trabajo (OIT) cuenta con instrumentos que

[sirven como guía](#)

Desde el terreno sindical, José Luis Carazo, secretario de Trabajo de la Confederación de Trabajadores de México (CTM), opinó que el análisis de la reforma es impostergable y tendría un **impacto económico positivo** en las micro, pequeñas y medianas empresas (mipymes), ya que al fortalecer el ingreso de los trabajadores, los pequeños negocios también tendrían una mejoría en ventas, por ejemplo.

“No podemos heredarle a las nuevas generaciones aquello que se plasmó hace casi 50 años. México se quedó estancado en **beneficios y prestaciones** para los trabajadores de hace 40 años, hoy tenemos que brindarles a las nuevas generaciones la posibilidad de encontrar nuevas maneras de trabajo, mejores salarios, mejor aguinaldo”, dijo el representante sindical.

## **Sin salud no hay productividad**

“Hay personas que se enferman por las jornadas de trabajo. Los trabajadores están **cansados**

## y enfermos

”, señaló Alma Paz, consultora en Recursos Humanos.

Al compartir diversos testimonios en torno a las horas de trabajo, la especialista criticó que la prevención en salud mental no es un tema prioritario en muchas empresas, y eso se refleja en [jornadas laborales extensas](#)

Desde su punto de vista, con el [reconocimiento de trastornos mentales](#) como enfermedades de trabajo, disminuir el límite legal de la jornada puede traducirse en un beneficio para las empresas al reducir el riesgo de afectaciones en la salud emocional de los empleados.

Esta postura fue respaldada por especialistas en psiquiatría que coincidieron en que las jornadas extensas son uno de los principales **factores de riesgo psicosocial** en las empresas, es decir, condiciones del entorno laboral que afectan la salud de las personas.

“Sin **salud mental** no hay trabajo eficaz y productivo. No se puede hacer algo diferente si no se tiene salud mental”, puntualizó Mario Mendoza Silva, especialista en psiquiatría. En este sentido, subrayó que las personas no pueden mantener un alto desempeño sin descanso.

“Las **jornadas de trabajo** deben disminuirse. Tenemos un tiempo de atención, concentración y de esfuerzo, y no se puede pasar, si queremos que una persona trabaje 20 horas, no es una máquina que se le pueda cambiar una pieza, exponernos a un exceso acaba a las personas”, agregó.

En eso coincidió Yolanda Armendáriz, especialista del Hospital Psiquiátrico Fray Bernardino Álvarez. La **reducción de la jornada laboral**, expuso, es una medida para disminuir riesgos psicosociales y crear mejores espacios de trabajo.

Además, el **estrés laboral** que se genera por los horarios de trabajo extensos está provocando

otros problemas como un incremento en las adicciones al alcohol y otras sustancias psicoactivas, alertó la especialista.

**Esperemos que se den las condiciones económicas y de productividad para poder llevar al cabo una reducción en la jornada laboral. Estimamos que deberemos concentrarnos más en mejores salarios con incremento a la productividad y ya después estudiar las posibilidades de la reducción de la jornada.**

**“Unámonos más que nunca en un Gran Acuerdo Por México”**