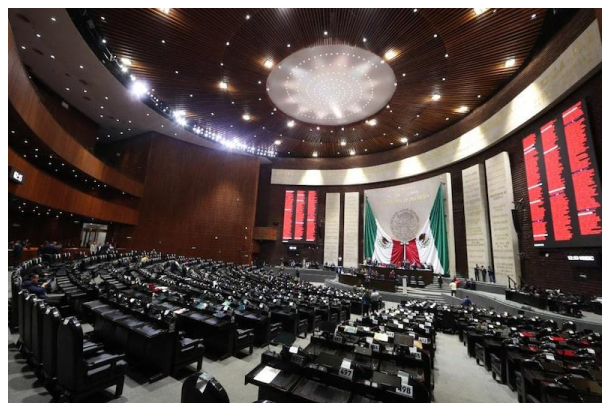




México aprueba reducir la jornada laboral gradualmente y bajarla a 40 horas en 2030

En 2026 se espera que entre en vigor la reforma y que inicie un periodo de transición por parte de las empresas para su implementación.



Por **Zenyazen Flores** | 25 de febrero, 2026 | 12:39 AM

Ciudad de México — México dio un paso en su legislación para **reducir la jornada laboral**, aunque los detalles de implementación de la reforma han dejado dudas.

Los diputados del oficialismo y de oposición avalaron la reforma para reducir la jornada laboral, la cual surgió de una propuesta de campaña de la entonces candidata presidencial, **Claudia Sheinbaum**, y que el sector empresarial decidió acompañar siempre y cuando la reducción fuera gradual.

La Cámara de Diputados aprobó por unanimidad, en los primeros minutos de este miércoles 25 de febrero, la reforma a las fracciones IV y XI del Apartado A, del artículo 123 de la Constitución de México, en materia de reducción de la jornada laboral.

Después de una sesión de más de 12 horas, la iniciativa fue **aprobada en lo general con 469 votos**, con lo que se consiguió la mayoría calificada que se requiere al tratarse de una reforma a la Constitución, mientras que en lo particular se avaló con 411 votos a favor.

La reforma fue enviada a los congresos de los 31 estados y de Ciudad de México, un requisito que se necesita al tratarse de una reforma constitucional. Una vez superado este trámite, la reforma será enviada al Poder Ejecutivo para su promulgación.

Contenido de la reforma de las 40 horas

Los legisladores aprobaron reducir la jornada laboral y bajarla de 48 a 40 horas de forma gradual. En 2026 se espera que entre en vigor la reforma constitucional y que inicie un periodo de transición por parte de las empresas para su implementación.

En 2027 comenzaría la reducción gradual de la jornada laboral a 46 horas; en 2028 bajaría a 44 horas; en 2029 se reduciría a 42 horas, **para finalmente quedar una jornada en 40 horas de trabajo semanales en 2030**, el último año del sexenio de la presidenta Sheinbaum.



La reforma aprobada establece que la jornada laboral será de 40 horas semanales y que por cada seis días de trabajo las personas trabajadoras deberán disfrutar, por lo menos, de un día de descanso con goce de salario.

El planteamiento de la reforma fija las 40 horas como jornada laboral semanal, pero **no garantiza de forma explícita que los trabajadores gozarán de dos días de descanso semanales.**

El hecho de que se haya aprobado un día de descanso y no dos, ha sido la principal crítica de la oposición y organizaciones civiles desde que la reforma comenzó a dictaminarse en el Congreso.

Patricia Mercado, diputada de Movimiento Ciudadano, dijo que la reforma debe establecer explícitamente que por cada cinco días de trabajo se debe disfrutar de dos días de descanso, esto ante los primeros lugares de estrés laboral que ocupa México a nivel mundial, ya que 75% de la fuerza laboral lo padece.

“Se dice que la persona trabajadora podrá acordar un segundo día de descanso con sus patrones. Sin embargo, sabemos que los grupos más excluidos del empleo remunerado tienen más urgencia para aceptar un trabajo con desventajas, tienen menos poder de negociación para obtener mejores condiciones y horarios”, sostuvo.

[México aprueba reducir la jornada laboral gradualmente y bajarla a 40 horas en 2030](#)