



Sin tiempo para vivir

Cuando pienso en el derecho al descanso recuerdo a mi madre. Exhausta un sábado en la mañana lavando la ropa de un hogar entero. El domingo prácticamente no existía como descanso: era revisar tareas, preparar la semana escolar y cocinar lo básico para sobrevivir. En un cerrar de ojos, ya era lunes y de nuevo comenzaba la semana. Ella doblaba todas las horas extras posibles, porque el sueldo no alcanzaba para entregarnos el sueño que tuvo para sí misma. Y aun cuando su empleo le otorgaba dos días de descanso, vivía cansada, irritada, entregando cuerpo y mente a su familia.

Si así la pasaba con dos días de descanso, ¿qué podemos esperar de las más de 20 millones de personas que sólo tienen uno? Ese día no cuenta. Se va en resolver pendientes, en trabajo del hogar e intentar recuperarse para volver a empezar.

Esta semana la Cámara de Diputados concluyó la discusión de la jornada laboral de 40 horas. México llevaba 108 años sin actualizarla. Más de un siglo de una sobrecarga normalizada y legalizada, basada en la idea de que trabajar más horas es igual a más productividad. La evidencia comparada desmiente el mito que sostuvo esa inercia durante más de un siglo. Estudios de la Universidad de Stanford muestran que después de cierto umbral, las horas adicionales no generan más producción, solo más desgaste.

Experimentos recientes en Islandia y Reino Unido demostraron que reducir la jornada no desploma la productividad, la mantiene e incluso la mejora. Sí, México es uno de los países que más horas trabajan de la OCDE, pero no de los más productivos. Trabajar más horas no nos hizo más competitivos; nos hizo más cansados. Esta conversación no es sólo económica, es humana.

En México no sólo existe pobreza

de ingresos; existe pobreza de tiempo. Millones de personas trabajan jornadas largas y, aún así, no logran descansar. Cuando el descanso no está totalmente garantizado en la ley, el trabajo no desaparece: continúa en casa. Y en nuestro país el trabajo doméstico y de cuidados no remunerado recae mayoritariamente en mujeres. La pregunta de fondo no era únicamente sobre ajuste de números. Era sobre descanso real. Cuarenta horas no garantizan dos días libres.

La reforma aprobada permite que los trabajos más precarios sigan con un solo día de descanso y deja en manos del trabajador la negociación del segundo. En un país con profundas asimetrías laborales donde aún cuesta que se respeten

las vacaciones, confiar en que el descanso dependerá de la buena voluntad patronal es, por lo menos, ingenuo. Se redujeron horas en papel, pero no se aseguró el descanso real. Y el cambio llegará hasta el 2030. Cuatro años más de espera para quienes ya están al límite.

Para quienes aceptan jornadas adicionales porque el salario no alcanza, la reforma implica algo más grave: trabajar más por menos. El

umbral del pago triple de las horas extra se modificó y, con ello, el tiempo extraordinario perdió valor.

Quienes dicen representar al pueblo tuvieron en sus manos la posibilidad de garantizar dos días de descanso obligatorio y optaron por no hacerlo. Pospusieron la jornada, administraron el cansancio y redujeron el valor de las horas extras.

No podemos esperar otros cien años más para dejar de construir una economía sobre el agotamiento y hacerlo sobre el bienestar. Detrás de cada cifra, hay una madre como la mía, entregando su vida entera al trabajo sin tiempo para vivirla.

No podemos esperar otros cien años más para dejar de construir una economía sobre el agotamiento y hacerlo sobre el bienestar.