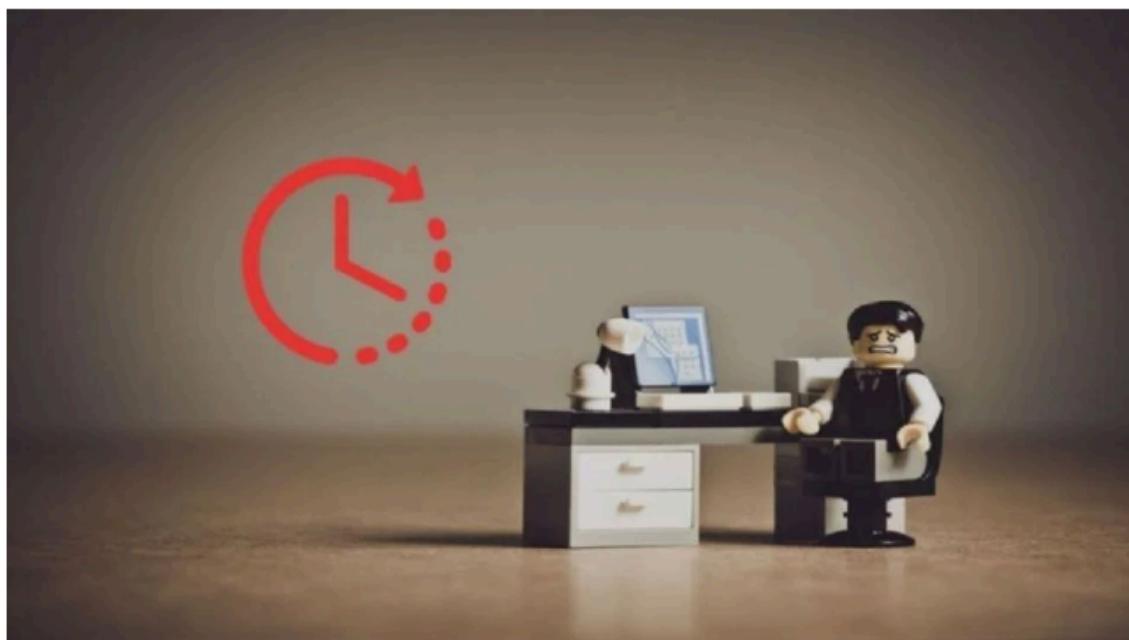




40 HORAS LABORALES

La discusión de las 40 horas

Desde Movimiento Ciudadano consideramos que la reducción a 40 horas semanales es posible hacerla ahora, no en una gradualidad; y también creemos que pueden sostenerse los dos días de descanso. | Ivonne Ortega

Por [IVONNE ORTEGA PACHECO](#)Escrito en [OPINIÓN](#) el 3/2/2026 · 22:04 hs | Última actualización: 3/2/2026 · 17:42 hs

A pesar de los razonamientos que representantes legislativos de varios partidos políticos hemos hecho a favor de la reducción de la **jornada laboral a 40 horas semanales** y el incremento de los **días de descanso** en México, se ha dado a conocer que en el Senado el oficialismo ha pugnado por una reducción gradual, hasta 2030.

Asimismo, el proyecto del Senado plantea mantener un **solo día de descanso** por ley.



Desde Movimiento Ciudadano consideramos que la **reducción a 40 horas semanales** es posible hacerla ahora, no en una gradualidad. Y también creemos que pueden sostenerse los **dos días de descanso**. No es una necesidad, ni un capricho.

Está comprobado que en otros países, incluso con mayores índices de productividad que el nuestro, se **trabaja menos horas** y se tiene mayor **tiempo de descanso**.

¿Qué es lo que se ganaría si se hiciera el cambio ahora? Sencillamente, la base productiva ganaría en beneficios para la salud, para la convivencia con las familias, para mantener una estabilidad social y eso redundaría en la productividad.

Impactaría positivamente también la salud de las familias mexicanas, en más tiempo para el desarrollo personal, para el emprendimiento incluso. Es un ganar-ganar socialmente, además de un acto de justicia con la clase trabajadora que ha sostenido la economía por décadas.

Razonamientos laborales aparte, cabría preguntarnos: ¿Por qué un oficialismo como el que gobierna nuestro país es capaz de una **reforma** como la **judicial**, que removió jueces e impuso nuevos en todo el país, que cambió juzgados enteros y la misma Suprema Corte de Justicia, se resiste a hacer una modificación de la **ley laboral**?

Queda claro que no se trata de la dificultad de implementación, pues al plantear que sí se hará (gradualmente) ya de entrada se admite que es completamente posible lo que hasta hace poco decían que no.

Lo que nos dice la propuesta oficialista apunta más a una negociación con sectores productivos y con cúpulas empresariales, que a la valoración objetiva para la implementación de la reforma.

Por eso insistimos: 40 horas, ahora. Y dos días de descanso obligatorios.



Estamos de acuerdo en que será esta una de las discusiones más trascendentales de la Legislatura, y quizá del sexenio. Y que los beneficios a millones de mexicanas y mexicanos son evidentes. Por eso hay que actuar a la altura de los tiempos, y de las expectativas de la sociedad.

El calado de las **reformas laborales** que se plantean es tal, el impacto social tan poderoso, que no podemos detenernos en una simple consideración, sino pensar en la misma proporción y proceder a dar a las personas trabajadoras de México el mayor beneficio social, incluso desde la Revolución.

Pronto veremos si la visión progresista triunfa, o la visión de un oficialismo que se alía con el empresariado en lo que le conviene, a pesar de coartar beneficios tangibles para tantas personas. Y de esa decisión debemos estar bien conscientes todas las personas en México, porque definirá la realidad laboral del futuro.

Nosotros lo tenemos claro, y reitero: las **40 horas** deben ir desde ya, ahora. Y se deben incluir en la **reforma dos días de descanso a la semana**.

Ivonne Ortega

@IvonneOP

<https://lasillarota.com/opinion/columnas/2026/2/3/la-discusion-de-las-40-horas-583798.html>