



# ¿Cuántas horas se trabajan actualmente? Lo que dice la LFT

El artículo 123 de la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos establece que **todos los trabajadores tienen derecho a un día de descanso por cada seis días de trabajo**, y, por otro lado, la Ley Federal del Trabajo señala que **una persona puede trabajar hasta 48 horas por semana**.

En el año 2023, en la Cámara de Diputados comenzó a revisarse una iniciativa en la que se propone **reducir las jornadas laborales**, aunque se dejó en suspenso y no ha avanzado desde entonces hasta febrero de 2025.

El cambio sugerido entonces busca reducir las 48 horas que las personas deben dedicar a la semana a trabajar en México, pues, de acuerdo con la Organización para la Cooperación y Desarrollo Económico (OCDE) **México es el país que más horas trabaja**.

El dato indica que los mexicanos laboran un total de **2 mil 128 horas al año**, cifra superior por 412 horas más que el promedio de países que pertenecen al organismo.

De aprobarse la reforma laboral en algún momento de 2025, **la jornada podría reducirse a 5 días de trabajo por 2 días de descanso, o bien, a laborar un máximo 40 horas a la semana de trabajo**.

La iniciativa del cambio a la LFT busca beneficiar a los empleados en su salud física, pero también en la mental, ya que les permitiría tener más tiempo de descanso, recreación, y de convivencia social.

<https://www.informador.mx/economia/Jornada-laboral-de-40-horas-Cuantas-horas-se-trabajan-actualmente-Lo-que-dice-la-LFT-20250204-0105.html>