



COORDINADORA NACIONAL DE DEFENSORAS DE DERECHOS HUMANOS LABORALES

Posicionamiento No. 001/2023

Trabajadoras de sectores precarizados se pronuncian a favor de la reducción de la jornada laboral

(28 de agosto de 2023) Desde la Coordinadora Nacional de Defensoras de Derechos Humanos Laborales (CNDDHL), en el marco de las discusiones del poder legislativo en relación a la reforma del artículo 123¹ de la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos, relativa al incremento de 1 a 2 días de descanso, nos pronunciamos **a favor de su aprobación, misma que implicaría la reducción de la jornada laboral a 40 horas semanales en México.**

Como trabajadoras de los sectores más precarizados y defensoras de derechos humanos laborales, consideramos que esta reforma constitucional es crucial para mejorar las condiciones de vida y garantizar los derechos de las personas trabajadoras en nuestro país, principalmente de las mujeres.

Por ello, señalamos que la aprobación de esta reforma **es una decisión necesaria para restablecer el equilibrio entre vida personal y trabajo**, permitiendo el ejercicio de los derechos económicos, políticos, sociales y culturales de las trabajadoras en México e importantes impactos positivos. Entre los beneficios concretos de esta reforma destacamos los siguientes:

Salud física y mental

Al reducir el estrés y el agotamiento derivados de las largas jornadas laborales, mejora nuestra salud física y mental, disminuyendo así problemas de salud crónicos, generados por las actividades repetitivas y la falta de medidas preventivas en materia de salud por parte del gobierno y las empresas.

Tiempo de calidad con nuestras redes afectivas

La posibilidad de pasar tiempo de calidad con familiares, amistades y espacios colectivos es fundamental para nuestro bienestar emocional. Al dedicar más tiempo a nuestros seres queridos, fortalecemos nuestros lazos afectivos, lo que contribuye, por ejemplo, al ejercicio de los derechos de las niñas, niños y adolescentes, e impacta positivamente en el tejido social de nuestro país.

¹ Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos (1917) Artículo 123 , Apartado A, fracción VI. Recuperado en: <https://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/pdf/CPEUM.pdf>



COORDINADORA NACIONAL DE DEFENSORAS DE DERECHOS HUMANOS LABORALES

Desarrollo personal y profesional

Las trabajadoras podremos tener un margen de tiempo para desarrollar nuevas habilidades, lograr un crecimiento personal y profesional que nos permita acceder a mejores oportunidades laborales y mayores ingresos económicos para mejorar nuestra calidad de vida.

Equidad de género

Tener la oportunidad de equilibrar las responsabilidades personales y laborales, lo cual favorece nuestra participación en actividades políticas, sociales y culturales para incidir en la agenda pública del país.

Productividad y calidad laboral

Al gozar de un descanso suficiente, se mejora la concentración y la atención en las tareas; las personas tienen una ejecución de mayor productividad y calidad en el trabajo, así como una mayor satisfacción y motivación, lo que mejora su bienestar emocional en el trabajo.

Desde la CNDDHL consideramos que la aprobación de esta reforma **no es suficiente**. Para que las 40 horas semanales sean una realidad en los derechos humanos laborales de las trabajadoras en México, exigimos que:

- **El gobierno garantice mecanismos estatales que den seguimiento a la correcta implementación** de la reforma, así como posibles repercusiones en la totalidad de los derechos humanos laborales plasmados en el artículo 123 constitucional.
- **Las empresas cumplan de manera efectiva la implementación de la reforma** y asuman su corresponsabilidad y obligación acorde a la legislación, **sin buscar su evasión** o acciones que generen impactos negativos en el respeto a los derechos humanos de las personas trabajadoras.

¡UNIDAS EN LA LUCHA POR UN TRABAJO DIGNO Y UNA MEJOR VIDA!

Coordinadora Nacional de Defensoras de Derechos Humanos Laborales

- Coalición de Trabajadoras y Trabajadores Migrantes Temporales Sinaloenses (Topolobampo, Sinaloa)
- Colectiva de Mujeres Rosa Luxemburgo, A.C. (Ciudad Juárez, Chihuahua)
- Colectivo Ollin Calli Tijuana, A.C. (Tijuana, Baja California)
- Conductores por Juárez (Ciudad Juárez, Chihuahua)
- CDH San Óscar Arnulfo Romero (Ciudad Juárez, Chihuahua)
- Red Binacional de Mujeres Artesanas Niu Matat Napawika (Puebla, Puebla)
- Unión de Jornaleros Agrícolas Gabriel Leyva Solano (Guasave, Sinaloa)
- Proyecto de Derechos Económicos, Sociales y Culturales (Ciudad de México)