



IMCP
CROSS RCO

BOLETINES CPC LUIS FERNANDO RUBIO GARCÍA FEBRERO 2026

JORNADA LABORAL DE 40 HORAS EN MÉXICO

POLÍTICA EDITORIAL

Los comentarios profesionales en este artículo expresan la opinión de los autores, bajo su responsabilidad, su interpretación sobre las disposiciones citadas y no necesariamente la de la CROSS. Se permite la reproducción de los artículos citando la fuente de los mismos.

INTRODUCCIÓN

La Jornada Laboral de 40 Horas en México básicamente es buscar la disminución de límite actual de 48 horas, a 40 horas permitiendo dos días de descanso con goce de sueldo. Según el Art (123 Constitucional).

Esta Reforma de implementación en México Iniciaría a Partir del 2027 al 2030, busca mejor equilibrio para el Trabajador en México.

Los Puntos Más Importantes serías:

- **Objetivo Principal.** Mejorar la calidad de vida, salud mental y física del trabajador, reduciendo el agotamiento en el trabajo.
- **Implementación** Gradual. Se espera que la reducción Inicie a partir del año 2027 para concluir en el 2030.
- **Cambio de Paradigma.** México, siendo una de los países que más horas trabaja busca alinearse con estándares internacionales de bienestar para el Trabajador.
- **Impacto.** Se espera mayor productividad por hora trabajada y mayor tiempo para el desarrollo personal y familiar.
- **Beneficio Salarial.** La reducción no implicara una disminución en los sueldos ni prestaciones sociales para el Trabajador.

Esta Reforma representa un cambio histórico que busca justicia social tras mas de 100 años con la jornada laboral de 48 horas.

ANTECEDENTES

La Reducción a 40 horas laborales busca mejorar la calidad de vida sin reducir salarios, con antecedentes en la lucha histórica por derechos laborales, para el trabajador en la alta carga en México y la necesidad de conciliar vida laboral para el trabajador.

La reforma en México se prevé hasta 2030.

- **Situación Actual en México.** México se encuentra entre los países de América latina con mayor número de horas trabajadas, con un promedio de 48 horas semanales.
- **Antecedentes.** Antes de la jornada actual de 48 horas, durante los años anteriores 1960-1970, las jornadas eran de 12 a 16 horas diarias, sin descanso, ni derechos laborales, ni demás prestaciones que marca la Ley Laboral de México
- **Beneficios Buscados.** La reforma busca equilibrar la vida-trabajo, reducir el estrés, y aumentar la productividad por hora trabajada para el trabajador.
- **Experiencia Comparadas.** Latinoamérica ha mostrado tendencia similar, por ejemplo, Chile, Argentina y algunos otros países de América Latina implementado una ley de 40 horas que comenzó a surgir en abril de 2024, con un proceso gradual

¿Qué beneficios dará al Trabajador en la jornada laboral de 40 Horas?

Se Busca transformar la realidad cotidiana de millones de trabajadores. En México se prepara para una de las reformas laborales más significativa del siglo.

La Reforma de reducción de la jornada laboral, impulsara por la STPS, plantea

JORNADA LABORAL DE 40 HORAS EN MÉXICO



un cambio estructural que no solo impactara el tiempo que se trabaja a la semana, sino el entorno social y económico del país.

CALENDARIO DE LA JORNADA LABORAL

La Reforma no entrara en vigor de manera inmediata. Según los lineamientos de la **STPS**. Aunque se espera que la reforma constitucional entre en vigor formalmente el **1 de mayo 2026**.

El objetivo es reducir el tiempo de trabajo sin perjudicar los derechos y obligaciones del trabajador.

1 de enero 2027..... La Jornada se reducirá en 48 a 46 horas semanales.

1 de enero 2028 El Segundo ajuste se llevará la jornada a 44 horas.

1 de enero 2029 El Tercer ajuste reducirá el tiempo a 42 horas.

1 de enero 2030 y Alcanzara la meta final de la semana laboral en 40 horas.

Sera Obligatorio tener días de descanso.

Uno de los puntos más importantes ha sido la obligación de los dos días de descanso. El titular de la STPS, ha manifestado que la intención es dejar plasmado a nivel constitucional el límite de 40 horas semanales.

Al combinar este límite con la jornada estándar de 8 horas diarias, se genera de manera natural el margen para que los trabajadores laboren 5 días a la semana y descansen 2.

No Obstante, la propuesta también contempla un margen de flexibilidad. La idea es que las personas trabajadoras, de acuerdo con sus empleadores, puedan definir la disponibilidad de su jornada laboral, permitiendo que el tiempo recuperado sea utilizado de la manera que más le convenga al trabajador.

BENEFICIOS DE LA JORNADA LABORAL DE 40 HORAS

Después de más de 100 años operando con el estándar de 48 horas semanales, la propuesta señala 3 puntos importantes y fundamentales para el país:

- 1.-Mejora la calidad de vida al trabajador para el desarrollo personal y familiar.
- 2.-Reducir el agotamiento físico y mental.
- 3.-Mejorar la Economía del Trabajador.

¿QUÉ PASARÁ CON LAS HORAS EXTRAS?

La reforma no eliminara la posibilidad de trabajar más allá del límite legal, conforme a ley laboral de México, pero refuerza las condiciones para proteger los derechos del trabajador. En Caso de que se acuerde con el trabajador con un tiempo adicional, el pago mínimo deberá ser el doble del pago ordinario así con los estándares de protección economía actuales.



RECONFIGURACIÓN DE LIMITE POR TIPOS DE JORNADA DE 40 HORAS LABORALES EN MÉXICO

La reconfiguración de los límites de las jornadas laborales en México, basada en los anuncios más recientes a inicios de 2026, implica una transición de la jornada semanal de 48 a 40 horas, implementadas de manera gradual para alcanzar la meta entre 2027 al 2030. Esta reforma busca establecer dos días de descanso por cada cinco trabajados, modificando la estructura de horas máximas por tipo de jornada (Art. 123 Constitucional).

- **Jornada Diurna (entre 6:00 y 20:00 horas)** Actualmente el máximo es de 8 horas diarias, sumando 48 a la semana. Con la reforma, el límite semanal bajara progresivamente hasta llegar a 40 horas, lo que implica una reducción diaria o el ajuste a cinco días de trabajo.
- **Jornada Nocturna (entre 20:00 y 6:00 horas)** Esta Jornada tiene límite máximo legal de 7 horas diarias. La reconfiguración ajustara el total semanal a la baja, manteniendo las 7 horas como tope diario, pero reduciendo los días laborales para alcanzar el nuevo estándar semana (Art. 61 LFT).
- **Jornada Mixta (Comprende periodos de diurna y nocturna)** El límite es de 7.5 horas diarias. Al igual que las anteriores, se ajustará el límite semana total de 40 horas.
- **Horas Extraordinarias** El proyecto de reforma limita las horas extras a un máximo de 12 por semana, estableciendo que superar este límite con llevar un pago de 200% adicional.

CONCLUSIONES

La Reducción de la jornada laboral de 40 horas en Mexico, protegida para implementarse de forma gradual entre 2027 y 2030.

Buscar y mejorar la salud, el descanso y la productividad de los trabajadores, alineando al país con estándares internacionales de bienestar que implica un desafío estructural y costos para las empresas, exigiendo una planeación eficiente.

- **IMPLEMENTACION GRADUAL.** La reducción no será inmediata, sino progresiva, con ajustes programados por el gobierno federal a partir del 2027 para finalizar la transición en 2030.
- **IMPACTO EN LA SALUD.** Se busca reducir la fatiga, accidentes laborales, enfermedades cardiacas y mejorar la calidad de vida del trabajador.
- **DESAFIO OPERATIVO.** Las empresas necesitan reestructurar turnos y mejorar la productividad y ajustar sus costos operativos para mantener la competitividad de los trabajadores.
- **HORAS EXTRAS VOLUNTARIAS.** Se reglamenta que las horas extras sean voluntarias, limitando la jornada total diaria y reduciendo las horas pagadas.

**CPC LUIS FERNANDO
RUBIO GARCÍA**

JORNADA LABORAL DE 40
HORAS EN MEXICO