

# **INICIATIVA QUE ADICIONA EL ARTÍCULO QUINTO TRANSITORIO AL DECRETO POR EL QUE SE REFORMAN LAS FRACCIONES IV Y XI DEL APARTADO A DEL ARTÍCULO 123 DE LA CONSTITUCIÓN POLÍTICA DE LOS ESTADOS UNIDOS MEXICANOS, EN MATERIA DE REDUCCIÓN DE LA JORNADA LABORAL, PUBLICADO EN EL DOF EL DÍA 3 DE MARZO DE 2026, A CARGO DE LA DIPUTADA LILIA AGUILAR GIL, DEL GRUPO PARLAMENTARIO DEL PT**

La que suscribe, Lilia Aguilar Gil, en su carácter de diputada federal, integrante del Grupo Parlamentario del Partido del Trabajo de la LXVI Legislatura de la Cámara de Diputados del honorable Congreso de la Unión, con fundamento en lo dispuesto en la fracción II del artículo 71 de la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos, así como en los artículos 77 y 78 del Reglamento de la Cámara de Diputados, somete a consideración del honorable Congreso de la Unión la presente iniciativa con proyecto de decreto por el que se adiciona el artículo quinto transitorio al decreto por el que se reforman las fracciones IV y XI del apartado A del artículo 123 de la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos, en materia de reducción de la jornada laboral, publicado en el Diario Oficial de la Federación el día 3 de marzo de 2026.

## **Exposición de Motivos**

El artículo 123 constitucional ha sido uno de los pilares del constitucionalismo social mexicano, estableciendo derechos laborales fundamentales como la jornada máxima, el salario digno y el descanso obligatorio. No obstante, el modelo vigente mantiene una lógica de trabajo que responde al modelo productivo establecido en el siglo XX, sin incorporar plenamente las transformaciones sociales, económicas y, sobre todo, tecnológicas del siglo XXI.

En ese sentido, la legislación mexicana vigente permite una jornada laboral de hasta cuarenta y ocho horas semanales, con al menos un día de descanso por cada seis trabajados. Este esquema resulta insuficiente frente a las exigencias y demandas sociales en materia laboral de las personas trabajadoras frente a los estándares de trabajo internacionales; existiendo así poca conciliación entre la vida laboral, personal y familiar.

México se mantiene entre los países con mayor número de horas trabajadas anualmente dentro de la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económicos (OCDE),<sup>1</sup> sin que ello se traduzca necesariamente en mayores niveles de productividad o bienestar social y económico.

La presente iniciativa tiene por objeto incorporar a nivel constitucional el derecho de las personas trabajadoras a gozar de dos días de descanso por cada cinco días laborados, como medida orientada a reconfigurar el modelo laboral vigente hacia esquemas más equilibrados, sostenibles y acordes con estándares internacionales.

Lo anterior se justifica en la necesidad de reducir las asimetrías en las condiciones de trabajo, fortalecer la protección de los derechos laborales y garantizar el acceso efectivo al descanso como elemento esencial del bienestar integral.

Asimismo, la propuesta atiende a la obligación del Estado de promover condiciones laborales dignas, que favorezcan la salud física y mental de las personas trabajadoras, así como la conciliación entre la vida laboral, personal y familiar. En este sentido, el reconocimiento expreso de este derecho contribuye a consolidar un marco normativo más justo, que incida positivamente en la productividad, la cohesión social y el desarrollo sostenible del país. Este cambio tiene tres objetivos principales:

Tanto la Organización Mundial de la Salud (OMS) y la Organización Internacional del Trabajo (OIT) han advertido que las jornadas de trabajo prolongadas aumentan las defunciones por cardiopatía isquémica y accidentes cerebrovasculares; además de afectaciones en la salud mental de las personas trabajadoras; incrementando riesgos de estrés fatiga crónica y accidentes laborales.<sup>2</sup>

La productividad y la eficiencia económica no son aspectos que se encuentren relacionados con jornadas laborales más largas; así mismo menos horas de trabajo no significan menos resultados.<sup>3</sup> De acuerdo con la evidencia internacional, el aumento de días de descanso puede propiciar un mejor rendimiento en los centros de trabajo, mayor motivación y una mejor organización.

El tiempo de descanso adicional permite fortalecer los vínculos familiares, la participación en la vida comunitaria y el desarrollo personal de las personas trabajadoras, elementos esenciales para la consolidación del bienestar social y el fortalecimiento del tejido social.

La tendencia hacia la reducción de la jornada laboral y el aumento de los días de descanso no es aislada, sino que forma parte de un proceso de carácter regional y global.

Estados Unidos y Canadá, que son nuestros principales socios comerciales, tienen semanas laborales de 40 horas. Por su parte, en Europa tenemos los ejemplos de Francia con 35 horas, Alemania con 35 a 40 horas y Noruega con 37 horas.

Chile promulgó en 2023 una ley para reducir progresivamente la jornada laboral de 45 a 40 horas, con implementación gradual hasta 2028.<sup>4</sup> Esta legislación contempla esquemas flexibles, incluyendo la posibilidad de distribuir la jornada en cuatro días de trabajo por tres días de descanso (denominado modelo 4 x 3).

Colombia aprobó en 2021 la Ley 2101, que reduce de manera progresiva la jornada laboral de 48 a 42 horas semanales, alcanzando este objetivo en 2026.<sup>5</sup> Esta reforma busca explícitamente mejorar el equilibrio entre vida laboral y personal, con impactos positivos en bienestar y productividad.

Tendencias regionales en América Latina muestran una evolución hacia esquemas más flexibles de trabajo, incluyendo modelos que permiten concentrar la jornada en menos días con más días de descanso, como el esquema de cuatro días laborales. Estas experiencias reflejan una transición hacia paradigmas laborales centrados en la persona trabajadora, sin detrimento de la competitividad económica.<sup>6</sup> La reforma propuesta se sustenta en los siguientes principios:

**Principio de progresividad** de los derechos humanos, reconocido en el artículo 1º constitucional, que obliga al Estado a ampliar y no restringir los derechos laborales.

**Derecho al trabajo digno**, que incluye condiciones adecuadas de descanso, conforme a estándares de la Organización Internacional del Trabajo.

**Derecho a la salud y al bienestar**, estrechamente vinculado con la duración de la jornada laboral.

Asimismo, el establecimiento de dos días de descanso semanales fortalece el contenido esencial del **derecho al descanso**, actualmente limitado en su alcance.

La implementación de un esquema de dos días de descanso por cada cinco trabajados generará:

- **Mejora en la salud física y mental de las personas trabajadoras:** De acuerdo con la OCDE, aproximadamente el 20 por ciento de las personas en edad laboral, sufren de algún padecimiento relacionado con la salud mental y física.<sup>7</sup> Al mejorar las condiciones de descanso de los trabajadores, se han encontrado mejoras en el estado de ánimo, mayor energía y motivación, en la reparación y descanso muscular; así como en la prevención de agotamiento o burnout.<sup>8</sup>

- **Incremento en la productividad laboral mediante jornadas más eficientes:** El descanso apropiado, no solo tiene efectos positivos en las personas trabajadoras. La motivación y la energía restaurada después de dos días de descanso mejoran la productividad por parte de los trabajadores;<sup>9</sup> fortaleciendo la creatividad y la motivación en los centros de trabajo, favoreciendo la innovación. Como consecuencia, se dignifica el descanso en una sociedad donde descansar tiene un impacto negativo en cómo se sienten las personas trabajadoras ante “no hacer nada”. En ese sentido, se debe garantizar que el descanso sea efectivo y obligatorio por parte de los patrones.

- **Reducción del ausentismo y rotación laboral:** El ausentismo y la rotación laboral son fenómenos que deben ser visto como una falla de la empresa y no de la persona trabajadora. Muchas veces el ausentismo es la antesala de lo que se le conoce como desvinculación emocional; es decir, que la persona trabajadora deje de identificarse con los valores y lo que la empresa representa.<sup>10</sup>

Esta desvinculación se encuentra directamente relacionada con la sobrecarga laboral sumada a la falta de descanso. Por esa razón, es que el adecuado descanso de las y los colaboradores de las empresas se puede traducir en una mayor vinculación con la empresa y con el compromiso con la misma.

- **Fortalecimiento del tejido social y familiar:** Uno de los retos de la modernidad es equilibrar la vida familiar y social con la vida laboral. Es por ello que, el añadir un día consecutivo más de descanso, debe ir con la visión de mejorar la vida en familia y social de

las personas trabajadoras; fomentando la convivencia de calidad; dignificando a las familias.

En adición, se puede coadyuvar a la reducción de brechas estructurales de género, al incidir en la distribución del tiempo y en la carga de trabajo no remunerado, en concordancia con el principio constitucional de igualdad y no discriminación. Desde una perspectiva de bienestar social y productividad, la redistribución equitativa de las tareas del hogar se traduce en mejores condiciones de salud física y mental para las personas trabajadoras, lo que impacta positivamente en su desempeño laboral.<sup>11</sup>

• **Alineación de México con estándares internacionales y regionales:** México es un país interesado en el cumplimiento interno de los estándares internacionales y regionales relativos al trabajo y bienestar social. En ese sentido, la alineación con los Objetivos de Desarrollo Sostenible es un punto esencial en la elaboración de esta iniciativa; reafirmando el compromiso que se tiene con el principio de progresividad de los derechos.

– **Objetivo 8:** Trabajo decente y crecimiento económico: que todas las personas tengan acceso a un trabajo que sea productivo y proporcione ingresos dignos, seguridad en el lugar de trabajo y protección a las familias; así como mejores perspectivas de desarrollo e integración social.

– **Objetivo 8.3:** Promover políticas orientadas al desarrollo que apoyen las actividades productivas, la creación de puestos de trabajo decentes el emprendimiento, la creatividad y la innovación, y fomentar la formalización y crecimiento de las microempresa y pequeñas y medianas empresas; incluso mediante el acceso a servicios financieros.<sup>12</sup>

– **Objetivo 10:** Reducción de las desigualdades en términos de las condiciones laborales de las personas trabajadoras, fomentar un trato equitativo y fortalecer el acceso al bienestar; contribuyendo así a las brechas sociales, consolidando los principios de justicia e inclusión.<sup>13</sup>

La transformación del modelo laboral mexicano es una necesidad impostergable. Garantizar dos días de descanso por cada cinco trabajados no solo constituye un acto de justicia social, sino también una medida estratégica para impulsar el desarrollo económico sostenible.

La experiencia comparada en América Latina demuestra que es posible avanzar hacia esquemas laborales más humanos sin sacrificar la productividad. Por el contrario, estas reformas fortalecen la competitividad, mejoran la calidad de vida y consolidan sociedades más equitativas.

Es pertinente señalar que, con fecha 3 de marzo de 2026, fue publicado el dictamen de la iniciativa con proyecto de Decreto por el que se reforman las fracciones IV y XI del Apartado A del artículo 123 de la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos. En dicho instrumento se establece que la duración máxima de la jornada laboral será de cuarenta

horas semanales, previéndose su implementación mediante un esquema de reducción gradual de cuarenta y ocho a cuarenta horas semanales, a culminarse en el año 2030.<sup>14</sup>

Así mismo, establece los límites del tiempo extraordinario de trabajo hasta 12 horas semanales con pago del 100 por ciento adicional y el tiempo excedente con 200 por ciento más y la prohibición expresa que los menores de dieciocho años laboren horas extras.

Durante su proceso de análisis, discusión y aprobación, se alcanzó un amplio consenso en torno a que la implementación de la reforma debe llevarse a cabo de manera gradual, ordenada y sustentada en el diálogo social, evitando la adopción de medidas abruptas que pudieran afectar la operación de las empresas o la generación de empleo formal.

En este sentido, atendiendo al principio de gradualidad previsto en la reforma de fecha 3 de marzo de 2026, la presente propuesta puede armonizarse estableciendo como plazo límite el año 2030 como etapa de adecuación para las personas empleadoras, a efecto de que, en ese mismo horizonte temporal, ajusten sus esquemas laborales para garantizar la distribución de cinco días de trabajo por dos de descanso.

En este sentido, la presente iniciativa reafirma el compromiso del Estado mexicano con la dignidad de las personas trabajadoras y con la evolución progresiva de los derechos laborales en el país.

Por esa razón se propone adicionar un artículo quinto transitorio que estipule dos días de descanso con goce íntegro de sueldo a las personas trabajadoras por cada cinco días laborados al Decreto por el que se reforman las fracciones IV y XI del apartado A del artículo 123 de la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos, publicada el 03 de marzo de 2026 en el Diario Oficial de la Federación, en materia de reducción de la jornada.

A efecto de lograr una mejor comprensión de la propuesta se inserta el siguiente cuadro comparativo:

DECRETO POR EL QUE SE REFORMAN LAS FRACCIONES IV Y XI DEL APARTADO A DEL ARTÍCULO 123 DE LA CONSTITUCIÓN POLÍTICA DE LOS ESTADOS UNIDOS MEXICANOS	
TEXTO VIGENTE	TEXTO PROPUESTO
Sin correlativo	<b>QUINTO.</b> Alcanzada la reducción de la jornada laboral a cuarenta horas semanales en el año 2030, el Congreso de la Unión contará con un plazo de ciento veinte días naturales para realizar las adecuaciones normativas correspondientes, a efecto de garantizar que, por cada cinco días de trabajo, las personas trabajadoras disfruten de dos días de descanso con goce íntegro de su salario.
	<b>Transitorio.</b> <b>Único.</b> El presente Decreto entrará en vigor el día siguiente al de su publicación en el Diario oficial de la Federación.

Por lo anteriormente expuesto, acudo a esta soberanía a presentar, la siguiente iniciativa con proyecto de

**Decreto por el que se adiciona un artículo quinto transitorio al decreto por el que se reforman las fracciones IV y XI del Apartado A del artículo 123 de la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos, en materia de reducción de la jornada laboral**

**Artículo Único.** Se adiciona un artículo quinto transitorio al decreto por el que se reforman las fracciones IV y XI el Apartado A del artículo 123 de la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos en materia de reducción de la jornada laboral, para queda de la siguiente manera:

**Transitorios**

**Primero. ...**

**Segundo. ...**

**Tercero. ...**

**Cuarto. ...**

**Quinto.** Alcanzada la reducción de la jornada laboral a cuarenta horas semanales en el año 2030, el Congreso de la Unión contará con un plazo de ciento veinte días naturales para realizar las adecuaciones normativas correspondientes, a efecto de garantizar que, por cada cinco días de trabajo, las personas trabajadoras disfruten de dos días de descanso con goce íntegro de su salario.

## Transitorio

**Único.** El presente decreto entrará en vigor el día siguiente al de su publicación en el Diario oficial de la Federación.

## Notas

1 International Labour Organization. (2025, October 20). América Latina trabaja cinco horas más por semana que los países de altos ingresos, destaca nueva nota técnica de OIT. International Labour Organization. <https://www.ilo.org/es/resource/noticias/america-latina-trabaja-cinco-horas-mas-por-semana-que-los-paises-de-altos>

2 World Health Organization (2026, March 20). Long working hours increasing deaths from heart disease and stroke: WHO, ILO. Who. <https://www.who.int/news/item/17-05-2021-long-working-hours-increasing-deaths-from-heart-disease-and-stroke-who-ilo>

3 International Labour Organization. (2025, September 3). ¿Menos horas, más equilibrio?: Nuevo informe de la OIT analiza la reducción de la jornada laboral en América Latina. International Labour Organization. <https://www.ilo.org/es/resource/news/menos-horas-mas-equilibrio-nuevo-informe-de-la-oit-analiza-la-reduccion-de>

4 DT - Normativa 3.0. (2026, March 16). Código del Trabajo. DT - Normativa 3.0. <https://www.dt.gob.cl/legislacion/1624/w3-article-95516.html>

5 Presidencia de la República. Reforma Laboral. Presidencia. <https://www.presidencia.gov.co/reformalaboral/index.html>

6 BBC News Mundo. (n.d.). ¿Cómo se compara la semana laboral de 40 horas aprobada en México con el resto de América Latina? (y por qué Argentina es un caso aparte). BBC News Mundo. <https://www.bbc.com/mundo/articles/cvg3qpwer65o>

7 Kaori Sato, Sachiko Kuroda, Hideo Owan, Mental health effects of long work hours, night and weekend work, and short rest periods, Social Science & Medicine, Volumen 246, 2020, 112774, ISSN 0277-9536, <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2019.112774>.

8 Pons, J. (2025). Descanso en la jornada laboral: Un pilar para el éxito. <https://www.workmeter.com/blog/descanso-jornada-laboral/#:~:text=Los%20descansos%20adecuados%20durante%20la,para%20enfrentar%20los%20desaf%C3%ADos%20laborales.>

9 Maya, S. S. (2025, 24 de junio). El descanso, una inversión estratégica para la productividad en las empresas. El Economista. <https://www.economista.com.mx/capital-humano/descanso-inversion-estrategica-productividad-empresas-20250624-764408.html>

10 Ausentismo laboral: las estrategias más efectivas para abordarlo. (2026, 15 de enero). Blog ManpowerGroup. <https://blog.manpowergroup.com.mx/talent-solutions/ausentismo-laboral-las-estrategias-más-efectivas-para-abordarlo>

11 Redacción. (2023, 6 marzo). Mujeres pierden 7.3 horas libres al casarse: Inegi. Circuito Frontera. <https://circuitofrontera.com/2023/03/06/mujeres-pierden-7-3-horas-libres-al-casarse-inegi/>

12 17 objetivos para transformar nuestro mundo. (s.f.). Naciones Unidas. <https://www.un.org/sustainabledevelopment/es/>

13 Ibídem

14 Diario Oficial de la Federación, 3 de marzo de 2026, edición, Única Sección, Decreto por el que se reforman las fracciones IV y XI del Apartado A del artículo 123 de la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos, en materia de reducción de la jornada laboral. [https://dof.gob.mx/nota\\_detalle.php?codigo=5781417&fecha=03/03/2026#gsc.tab=0](https://dof.gob.mx/nota_detalle.php?codigo=5781417&fecha=03/03/2026#gsc.tab=0)

Palacio Legislativo de San Lázaro, a 14 de abril de 2026.

Diputada Lilia Aguilar Gil (rúbrica)

SIL