

1 El Consejo de la Juventud de España apoya la 2 reducción de la jornada laboral

3
4 La reducción de la jornada laboral ha sido una reivindicación histórica de los sindicatos y del
5 conjunto del movimiento obrero. Sin embargo, desde la instauración de la jornada de 40 horas
6 semanales en 1983, no se ha producido ninguna otra reducción significativa del tiempo de
7 trabajo más allá de ciertos convenios sectoriales. Además, pese a que la productividad laboral
8 en España creció un 30% entre 1990 y 1992, los salarios reales apenas aumentaron un 11,5%¹.

9 España llega tarde a este debate. La experiencia europea nos enseña que la reducción de la
10 jornada ya es una realidad en numerosos países de nuestro entorno, donde la propuesta no se
11 reduce a la cuestión de las horas semanales, sino que, incluso, se abre a reducir los días
12 establecidos. Y es que la evidencia empírica sobre esta cuestión resulta indiscutible.

13 La reducción de la jornada laboral mejora la salud física y mental de los y las trabajadoras,
14 reduciendo el estrés y el absentismo, además de facilitar la conciliación personal. Así lo
15 constatan numerosos estudios tras los experimentos de algunos países de nuestro entorno a la
16 hora de reducir la jornada laboral. En Alemania, 41 empresas participaron en un proyecto para
17 comprobar los efectos que tendría una jornada laboral de 4 días en sus trabajadores, con
18 resultados muy positivos. Un año antes, un estudio presentado en el parlamento británico y
19 realizado por la Universidad de Cambridge concluyó que la jornada de cuatro días reducía el
20 estrés laboral en un 71%, y un 60% de los empleados confirmaron una mejora en su conciliación
21 familiar y social gracias a dicha medida².

22 Como ya se ha mencionado, la reducción de la jornada laboral lleva siendo una realidad en
23 Europa desde hace décadas. En países como Bélgica, Luxemburgo y los Países Bajos ya gozan de
24 una jornada menor a las 40 horas semanales. Sin embargo, la experiencia francesa es, sin duda,
25 la que más se ha destacado. Entre el año 2000 y el 2002, Francia redujo su jornada máxima de
26 las 39 horas semanales a las 35, sin reducción salarial, y lo hizo de manera progresiva para
27 facilitar la adaptación de las empresas. Sus consecuencias no se hicieron esperar, y se comprobó
28 que la reducción de la jornada no solo tuvo un impacto en el bienestar de los trabajadores, sino
29 también en la economía, aumentando la oferta de empleo y el consumo interno³.

¹ Missé, A., Missé, A., & Missé, A. (2025, 13 enero). Desigual reparto de la mejora económica. *El País*.
<https://elpais.com/economia/2025-01-13/desigual-reparto-de-la-mejora-economica.html>

² Roig, J. G. (2023, 21 febrero). Cadena SER. *Cadena SER*.
<https://cadenaser.com/nacional/2023/02/21/trabajar-cuatro-dias-reduce-un-60-las-enfermedades-de-los-empleados-cadena-ser/>

³ Díaz, M. (2025, 5 febrero). España se situaría entre los países europeos en los que se puede trabajar menos horas si se aprueba la reducción de jornada. *Newtral*. <https://www.newtral.es/jornada-laboral-reducida/20250204/>

1 Además, esta medida tendría coherencia en el contexto de crisis climática que vivimos ya que
2 tendría un impacto positivo en términos de reducción de emisiones de gases de efecto
3 invernadero. La investigación Los límites ecológicos del trabajo⁴, del investigador Philipp Frey,
4 concluye que una disminución del 1% en las horas de trabajo podría conducir a una bajada del
5 0,8% en las emisiones de gases de efecto invernadero (GEI).

6 Desde el Consejo de la Juventud de España, apoyamos la reducción de la jornada laboral a 37,5
7 horas semanales sin reducción salarial, en coherencia con una reivindicación histórica de los y
8 las trabajadoras, que no es otra que la de disfrutar de su tiempo y descanso. Sin embargo,
9 nuestra propuesta no se limita a cumplir con el proyecto del Gobierno, sino que aspira a
10 ampliar el horizonte del debate y estipular como objetivo la reducción de la jornada laboral de
11 manera anual hasta alcanzar las 35 horas semanales antes del 2030.

12 Por lo todo lo anterior el CJE exige lo siguiente:

- 13 1. La implementación efectiva e inmediata de la jornada laboral de 37,5 horas semanales
14 sin reducción salarial.
15
- 16 2. El establecimiento de mecanismos de control e inspección para garantizar el
17 cumplimiento de dicha medida en empresas y centros de trabajo.
18
- 19 3. La colaboración activa de sindicatos y administración pública para garantizar la
20 aplicación efectiva de la jornada laboral y el respeto a la conciliación familiar y
21 personal de los y las trabajadoras.
22
- 23 4. El compromiso de los actores políticos implicados para facilitar la reducción progresiva
24 de la jornada laboral hasta las 35 horas semanales antes del 2030.
25
- 26 5. La promoción del trabajo a distancia para facilitar la conciliación personal de los
27 trabajadores, siempre desde el respeto a los derechos laborales ya existentes, con
28 especial atención al derecho a la desconexión digital.
29
- 30 6. La provisión de los distintos recursos tecnológicos y el soporte adecuado para
31 garantizar el desempeño seguro y efectivo del trabajo a distancia.
32
- 33 7. La limitación de horas extra para evitar que la reducción de jornada implique el abuso
34 de horas extraordinarias sin remunerar.
35
- 36 8. Implantación de programas de transición y reestructuración laboral para facilitar la
37 reorganización de los centros de trabajo, así como incentivos y ayudas para garantizar
38 la aplicación de la nueva jornada laboral en todo el tejido industrial, especialmente
39 pymes.

⁴ <https://base.socioeco.org/docs/the-ecological-limits-of-work-final.pdf>