

LA JORNADA DE TRABAJO ENTREE LA DIGNIDAD Y EL ASALTO A LOS DERECHOS HUMANOS DEL TRABAJO

Frank Ulloa Royo

San Jose, febrero 2026

“El peor analfabeto es el analfabeto político. No oye nada, no ve nada, no participa en la vida política. No parece saber que el coste de la vida, el precio de las judías, de la harina, del alquiler, de las medicinas, todo depende de decisiones políticas. (...) De su ignorancia política nacen el prostituto, el niño abandonado, el ladrón y, lo peor de todo, los funcionarios corruptos, lacayos de las corporaciones multinacionales explotadoras.” — Bertolt Brecht

El mismo día, dos países latinoamericanos legislaron sobre un tema centenario: la jornada laboral. Dos caminos opuestos se abrieron como espejos enfrentados, revelando no solo modelos económicos, sino también proyectos de sociedad. La jornada, ese límite que marca la frontera entre la vida y la explotación, volvió a ser campo de disputa.

En **México**, el Senado aprobó por unanimidad una reforma que reduce gradualmente la jornada de 48 a 40 horas semanales. No fue un gesto improvisado: se reconoció la memoria de más de un siglo de luchas obreras, desde las huelgas de Cananea y Río Blanco hasta las conquistas constitucionales de 1917. La gradualidad responde al peso económico de la medida, pero el sentido es claro: legislar para la vida, para el tiempo libre, para la dignidad del trabajador. Como señala De la Garza (2024), la reducción de la jornada “es un acto de justicia histórica que coloca al trabajador en el centro del pacto social”. Es un paso hacia la homologación con estándares internacionales, pero sobre todo un acto de memoria y justicia: un recordatorio de que el tiempo humano no puede ser eternamente devorado por la máquina productiva.

En **Argentina**, bajo el gobierno de Javier Milei, se aprobó un modelo inverso: flexibilización extrema, jornadas intensivas de hasta 12 horas, debilitamiento de la negociación colectiva, y la introducción de mecanismos que facilitan despidos sin indemnización tradicional. Según Basualdo (2025), "la reforma laboral de Milei no busca modernizar, sino disciplinar: es un proyecto de desposesión que erosiona derechos conquistados en más de un siglo de luchas sindicales". El sindicalismo histórico, que alguna vez fue columna vertebral de la nación, se enfrenta a un vaciamiento legal y político. Aquí la legislación no se escribe para el trabajador, sino para el mercado; no para la memoria, sino para la rentabilidad inmediata. La jornada deja de ser un derecho y se convierte en mercancía, y el trabajador es reducido a engranaje desechable de un nuevo coloniaje transnacional.

La pregunta inevitable: ¿para quién se legisla en nuestros países?

En **México**, se legisla para los trabajadores. La reducción gradual de la jornada semanal reconoce que el tiempo humano no puede ser eternamente devorado por la máquina productiva. La reforma se inscribe en una tradición histórica de luchas obreras y busca equilibrar productividad con bienestar social. Es un acto de memoria y justicia que coloca al trabajador en el centro del pacto democrático. En **Argentina**, se legisla para los empresarios y capitales financieros. La flexibilización extrema, la ampliación de jornadas intensivas y la restricción de la negociación colectiva buscan abaratar costos y disciplinar la fuerza laboral. La jornada deja de ser un derecho y se convierte en mercancía. El sindicalismo histórico se ve debilitado, y el trabajador es reducido a fuerza de trabajo desechable.

En **Costa Rica**, la discusión actual sobre la reforma de jornadas y la red de cuidado se sitúa en esta encrucijada. El proyecto plantea la posibilidad de jornadas extendidas bajo esquemas de "flexibilidad", acompañadas

de una reestructuración de la red de cuidado. En apariencia, se ofrece un mecanismo compensatorio para las familias trabajadoras; en la práctica, se corre el riesgo de trasladar el costo social a las mujeres y comunidades, mientras se amplía la disponibilidad de tiempo laboral para los empleadores. Como advierte Mora (2025), "la reforma de jornadas en Costa Rica no se orienta a dignificar el tiempo del trabajador, sino a maximizar la productividad empresarial bajo un discurso de conciliación que oculta la precarización".

En resumen, México avanza hacia un modelo que reconoce la memoria histórica y legisla para la vida. Argentina retrocede hacia un modelo de imposición de jornadas y la desposesión de derechos humanos, legislando para el mercado. Costa Rica enfrenta la disyuntiva: ¿seguirá el camino de la dignidad o el de la precarización?

La incorporación de la red de cuidado en el proyecto costarricense revela una tensión adicional: se pretende compensar la ampliación de jornadas con servicios sociales, pero sin garantizar que estos sean universales, sostenibles y de calidad. El riesgo es que la reforma termine legislando para los empleadores, disfrazando la intensificación laboral con un barniz de política social.

Como advierte Antunes (2020), "la lucha por el tiempo libre es la lucha por la vida misma". Costa Rica debe decidir si se suma a la corriente histórica que dignifica al trabajador, o si se entrega a la ola regresiva que lo reduce a fuerza de trabajo desechable. La encrucijada es clara: legislar para la vida o legislar para el mercado. Y en esa decisión se juega no solo el futuro laboral, sino el sentido mismo de la democracia.

[La última línea de defensa contra la flexibilización](#)

La jornada de trabajo no es un simple número de horas: es la muralla invisible que separa la explotación de la dignidad, el reloj humano de la

voracidad del mercado. Es como un puente frágil que sostiene la vida frente al río desbordado del capital, un muro que protege la respiración del trabajador de ser devorada por la maquinaria insaciable.

Llamo la atención de quienes, en la campaña electoral, entregaron poder a sus propios adversarios en el mundo del trabajo: han puesto la llave de la casa obrera en manos de quienes buscan incendiarla. Igual que en Argentina, si se desregulan las jornadas de trabajo, será fácil reconocer a los responsables de este crimen histórico, y desnudar sus verdaderas intenciones. Entonces, ¿para qué reprocharse? La historia sabrá nombrarlos, como se nombra a quienes abren la puerta al saqueo y convierten el tiempo humano en mercancía.

Referencias:

- Antunes, R. (2020). *El privilegio de la servidumbre: el nuevo proletariado de servicios en el mundo*. Buenos Aires: CLACSO.
- Basualdo, E. (2025). *Flexibilización y disciplinamiento: la reforma laboral de Milei*. *Revista de Estudios Laborales*, 12(2), 45-67.
- De la Garza, E. (2024). *La reducción de la jornada laboral en México: memoria y justicia*. *Revista Latinoamericana de Sociología del Trabajo*, 8(1), 15-32.
- Mora, G. (2025). *Reforma de jornadas y red de cuidado en Costa Rica: entre la conciliación y la precarización*. *Revista Centroamericana de Estudios Sociales*, 14(1), 77-95.
- Senado de la República de México. (2024). *Dictamen de reforma laboral sobre reducción de jornada semanal*. *Diario de los Debates*.

- Congreso de la Nación Argentina. (2025). *Ley de reforma laboral y flexibilización del mercado de trabajo*. Diario de Sesiones.
- Asamblea Legislativa de Costa Rica. (2025). *Proyecto de ley para la reforma de jornadas y fortalecimiento de la red de cuidado*. Diario de Comisiones.