

**Fernando Luján de Frías**Vicesecretario General de Política Sindical de UGT y
Profesor de Derecho del Trabajo y SS. UAM

La reducción de la jornada laboral a 37,5 horas semanales: un imperativo jurídico, económico y social

La reducción de la jornada laboral a 37,5 horas semanales constituye una de las reformas laborales más trascendentes de nuestro tiempo. No solo responde a una aspiración largamente defendida por el movimiento sindical, sino que se asienta sobre bases jurídicas, económicas y sociales sólidas. Esta medida representa un ajuste imprescindible para adecuar el tiempo de trabajo al nivel de desarrollo tecnológico, a las necesidades de conciliación de la vida personal y profesional y, sobre todo, a los compromisos constitucionales del Estado social y democrático de Derecho.

El [artículo 40.2 de la Constitución Española](#) establece con claridad la obligación del Estado de garantizar un tiempo máximo de trabajo, así como el derecho al descanso. No se trata de una opción política sino de un mandato jurídico que exige concreción normativa. La jornada de 40 horas vigente desde 1983 ha quedado superada por las transformaciones productivas y sociales del último medio siglo.

El propio Tribunal Constitucional

...

[SUSCRÍBETE >](#)[para una conversión completa a PDF |](#)