



Columna



Jonathan Páez Toro  
Seremi del Trabajo y Previsión Social

## "40 horas" una Ley que nos permite vivir mejor

Luego de 6 años de tramitación en el Congreso, hace exactamente dos meses celebramos el primer día de implementación de la Ley de 40 horas, esta ha estado sujeta al debate, pero sin duda, es una medida que brinda mejor calidad de vida a trabajadores y trabajadoras al reducir su tiempo de trabajo semanal, con más tiempo para el ocio, la familia y el desarrollo personal. Esta es una Ley positiva en muchos aspectos. Ya que puede ayudar a combatir el agotamiento laboral y el estrés crónico, problemas que son cada vez más frecuentes, un ejemplo de ello, es que el 2023 la SUSESO informó que 2 de cada 3 trabajadores (67%) que presentaron una enfermedad profesional reconocida de origen laboral, corresponden a diagnósticos de salud mental, lo que nos preocupa y ocupa. Además, una jornada laboral más corta podría fomentar la productividad en el lugar de trabajo. Está demostrado que las largas horas de enfoque, no siempre se traducen en una mayor eficiencia y rendimiento, el agotamiento puede llevar a una disminución de la productividad, así como a errores y accidentes en el trabajo.

La educación sobre los derechos laborales es fundamental para empoderar a los trabajadores y ayudarles a defenderse contra la mala utilización de la Ley. Algo con lo que estamos comprometidos en Atacama, por ello, el 2023 se ejecutó una Escuela Sindical y este 2024 con apoyo del Dirección Regional del Trabajo, a través de su Consejos Tripartitos Regionales de Usuarios, la Cen-

tral Unitaria de Trabajadoras/es de Atacama y la UDA, nos encontramos trabajando en una segunda versión, que sumado a sindicatos dará cabida a empleadores/as y comités paritarios, lo que sin duda ayudará a más personas a comprender normativas y derechos importantes para respaldar una mejor calidad de vida.

Estas capacitaciones y mayor empoderamiento de sindicatos es clave, gracias a ello logramos constatar que empleadores/as estaban solo reduciendo 10 minutos a la jornada laboral o algunos incluso rompían la normativa añadiendo este tiempo libre al horario de colación, esta reducción mínima podría percibirse como una estrategia de la empresa para eludir las disposiciones y evitar proporcionar a los trabajadores el tiempo libre adicional que se pretendía. Pero los dictámenes han sido claros, y en estos dos meses hemos visto como el país se ha ido adecuando. En resumen, la implementación de la ley de 40 horas laborales en Chile es un paso significativo en el camino hacia mejores condiciones laborales y una mayor calidad.

Finalmente, me sumo a las palabras del Presidente Gabriel Boric en la Cuenta Pública 2024, donde destacó que las acciones más significativas de nuestro Gobierno son dirigidas a fortalecer derechos y mejorar condiciones de vida de las y los trabajadores. Estoy seguro que la Ley 40 horas será un hito recordado y reconocido en el futuro, ya que logrará cambiar la forma de relacionarnos con nuestro trabajo, mejoras en la salud mental y calidad de vida.