



# CAMINO AL INFIERNO DE LAS RELACIONES LABORALES

Buscan eliminar la última frontera del tiempo de trabajo y deberán esperar consecuencias.

Frank Ulloa Royo 2023

## EL INFIERNO LABORAL: JORNADAS EXTENSAS, FATIGAS Y CAMBIO DE LA SALUD POR DINERO<sup>i</sup>:

Es sencillo destruir la estabilidad social y política de una empresa o un país. Malas decisiones políticas aparentemente inofensivas pueden llevar a la discusión del ejercicio del poder político por parte de los gobernantes y grupos de poder que determinan las políticas públicas ocultas.<sup>ii</sup>

Con la excusa del empleo el gobierno propone violentar el último límite a la desregulación total: el amparo de la jornada de ocho horas. Se saltan la cerca de protección humana en aras de lograr una mayor inversión de las empresas multinacionales que ya operan con total independencia del sistema nacional de protección de las relaciones laborales.<sup>1</sup>

Se ha denunciado que la internacionalización económica erosiona la infraestructura institucional, los acuerdos y garantías sociales de la constitución o vacía de su contenido a unas instituciones que cada día tienen menos sentido, como la inspección del trabajo, cuya efectividad es menos que nula para prevenir la explotación de las poblaciones vulnerables, la doble jornada de las mujeres y la explotación inmisericorde obreros industriales y los migrantes. La integración económica internacional, está socavando la viabilidad de sistemas nacionales específicos de reglamentación de trabajo y empleo, y en el caso de Costa Rica, se está destruyendo la última frontera: la limitación de ocho horas en la jornada diaria de trabajo.

En semejante contexto mantener los límites de la jornada laboral resulta crucial para que un trabajo asalariado conserve su dignidad mínima. Por el contrario, una jornada intensiva de doce horas es otra versión del “descensus ad ínferos<sup>2</sup>”. Si ya sabíamos que la jornada nos hace envejecer, arruga nuestros rostros y nos puede llevar a la muerte cuando se vende vida o salud a cambio de dinero y tiempo libre.

El Gobierno envió hoy la primera lista de proyectos a sesiones extraordinarias de la Asamblea Legislativa, entre ellos el expediente 21.182 para flexibilizar las

jornadas del trabajo, que permitiría establecer jornadas laborales de 12 horas.

La jornada que se propone es-sin lugar a dudas- la gran tentación del viaje al infierno laboral. Veamos: ¿por qué? Bien conocemos que no es cierto que, al tener tres días hábiles después de trabajar 48 horas y viajar cada día entre dos y cuatro horas, por un salario mínimo que no alcanza, disfrutaremos de los tres días restantes y que aquellos días no serán dedicados también a cualesquiera nuevos trabajos, como forma de ganarse un ingreso adicional.<sup>3</sup>

El concepto de tiempo es una construcción social e histórica, y no puede verse como una categoría abstracta o arbitraria. No puedo ampliar las 24 horas del día ni en pocos segundos, aunque exista el engaño de la luz artificial. Todo tiempo humano está sometido a las reglas de la ciencia, la lógica y las matemáticas más simples pues no podemos ampliar las horas del día.

En la historia, la frontera del tiempo de trabajo invadió sutilmente el tiempo libre de los trabajadores y trabajadoras desde la revolución industrial. Ahora invade hasta el tiempo de la familia al permitir con las nuevas tecnologías el tele trabajo, -y de esta manera infectar con el virus de hades los lugares de descanso familiar-. Con este malabar, desaparece la jornada y se amplía a las 24 horas, volviendo los límites legales en barreras franqueables por razones de urgencia o necesidad del empresario, dejando de lado que esto tiene consecuencias en toda la vida de las personas trabajadoras y la de su familia.

La jornada es un elemento clave de las condiciones de trabajo y resulta inversamente proporcional al salario. Toda ampliación es resultado de una necesidad del empleador o del trabajador por motivos económicos. A menor salario mayor la tentación de trabajar más es mayor, para poder sobrevivir o mejorar mi nivel de consumo, pero pago este ingreso adicional con tiempo de vida, salud, dejar la recreación o la familia de lado en aras de “vivir mejor” y así pasaran su vida trabajando sin posibilidad alguna de recuperar el tiempo perdido.

<sup>1</sup> Basta ver la explotación humana por parte de las empresas agroindustriales de productos de exportación y las condiciones quienes allí laboran.

<sup>2</sup> Descenso al infierno

<sup>3</sup> De hecho, muchos trabajadores venden su tiempo de vacaciones o lo cambian por dinero, lo que resulta una práctica familiar en las relaciones laborales.

Este es el mito del tiempo extraordinario, porque la condena de Hades consiste en vivir de un salario irrisorio. Para viajar al infierno no hay que caminar mucho. Puede irse a los comercios de la avenida central de la capital, o viajar a las plantaciones de caña en Grecia o a las llanuras de Sarapiquí para conocer los distintos niveles del infierno laboral en banano o la caña de azúcar. O bien, - si se prefiere- se puede viajar a los infiernos espinosos de la palma aceitera en el pacífico sur; o mejor aún: hacer un tour mortuorio por la caña de azúcar en Puntarenas o Guanacaste para conocer la catástrofe de la insuficiencia renal entre sus trabajadores y trabajadoras, víctimas de ocho horas bajo el candente sol.

Así se podrán enterar quienes toman decisiones políticas que trabajar en una empresa de caña de azúcar, bananos o piñas es una condena, porque este es el lugar al que van las almas para cumplir una pena eterna, como castigo por no haber cumplido con algún otro requisito para lograr acceso al paraíso o al descanso eterno de los elegidos.

Las largas jornadas bajo el sol, con poca agua y sin sombra para tomar los alimentos, receta a la que agregamos una dosis diaria de agroquímicos, -que por cierto no es nada desdeñable-, llevan a ese paisaje dantesco a producir bajos salarios, migraciones laborales, hacinamiento, enfermedad y muerte en nombre de proteger la inversión extranjera. Además, las secuelas expresadas en distintas formas de discapacidad, a la enfermedad renal crónica, hipertensión, diabetes, y de paso, a olvidar la lecto escritura aprendida en los años escolares para apenas reconocer el valor de los billetes y pasar a engrosar la estadística de iletrados.

En semejantes condiciones se animan a ampliar esta jornada de horror y se rechaza la moción que pretendía evitar mayor sufrimiento a estas personas, víctimas de la ignorancia de los funcionarios públicos. Deberían saber que la jornada es tiempo humano invertido en una empresa, a cambio de un salario mínimo, la pérdida del bienestar y del balance vida-trabajo, de las trabajadoras y trabajadores.<sup>iii</sup> La jornada asalariada en el campo costarricense no es una actividad humana deseable,

ampliarla es crear atajos para anticipar las enfermedades, el estrés laboral y la muerte.

Esto no es todo, la jornada no concluye en el centro de trabajo y se prolonga todo el año laboral en el hogar, o en el viaje al trabajo por la jornada in itinere que extiende las horas que restamos al descanso, a la familia, a la educación. Lo anterior tiene consecuencias en objetivas. ¿Cómo pretende la ignorancia de los legisladores volver a jornadas abandonadas siglos atrás?<sup>4</sup>

El tiempo de trabajo excede el tiempo formal de la jornada laboral. Compite con el tiempo libre, ocioso, o tiempo socialmente disponible, que se reduce cada vez más.

El panorama de largas jornadas en otras áreas como los hospitales, y las empresas que tienen turnos de trabajo puede ser más aterrador. El movimiento obrero desde la primera internacional en 1864 ya proponía abolir el trabajo nocturno, pero el capitalismo no perdona el óseo e invento el derecho al trabajo, es decir a trabajar 24 horas para un patrono a cambio de un salario. ¿Podremos entender alguna vez que el verdadero derecho humano es al ocio y a disfrutar de la vida y el tiempo libre?

¿A que recreación y descanso tengo derecho si soy migrante y vivo hacinado en un rancho a la orilla del desagüe de un cañal? ¿A que salud tengo derecho si cada día me baño en un río y tomo los alimentos bajo el sol, con las manos contaminadas de agrotóxicos? ¿Cómo descansar cada noche si vivo en una vivienda de la bananera que en cualquier momento debo dejar por el capricho de un capataz? Si además resido lejos de todos los servicios. Por esto mi dependencia del patrono se hace mayor y aceptare caminar varias horas para cumplir con mi trabajo, tiempo que no me será reconocido. Tampoco discutiré las tarifas porque me pagan por destajo haciendo que la categoría tiempo desaparezca.<sup>iv</sup>

Tanto desde un marco teórico económico o jurídico-laboral, la limitación de la jornada, la prohibición del pago por faena o tarea, es un viaje desde el infierno y la

la tarde; las horas serán distribuidas por los ingenieros según el tiempo más conveniente, para evitar a los obreros el ardar del sol y permitirles el cuidar de su salud y su conservación, sin que falten a sus deberes”.

<sup>4</sup> En pleno siglo XVI, el rey Felipe II, estableció a través de un Edicto Real, una jornada de ocho horas de trabajo. Firmó en 1593 la ley VI de Ordenanza de Instrucción en la que dictaba que: “Todos los obreros de las fortificaciones y las fábricas trabajarán ocho horas al día, cuatro por la mañana y cuatro por

reducción de la misma es una liberación, un “ascenso ab íferos” porque solo así se pueden dedicar más horas a la vida y menos al trabajo.

Pero hay mucho más: en muchas experiencias empresariales también son evidentes los beneficios obtenidos de la reducción de jornada sin merma de salario, tanto para los trabajadores y trabajadoras como para la propia empresa. Pero de esto no se habla en el país. Es decir que existen alternativas a ampliar la jornada por vía legal.

Nuestra legislación laboral permite el acuerdo entre las partes que propiciaría una reducción de la jornada sin pérdida de salario, pero un acuerdo de esta naturaleza no es fácil de alcanzar y la negociación colectiva en el país ha sido estigmatizada.

La jornada de trabajo de 48 horas semanales en seis días de trabajo se considera excesiva y contraria al balance vida trabajo. Hace muchos años que debió prohibirse. Es evidente que la jornada ampliada puede ser un arma de doble filo porque puede estimular la actividad cerebral, pero al mismo tiempo provoca fatiga y estrés, que potencialmente dañan las funciones cognitivas.

Es tan grave esta advertencia de los investigadores, quienes señalan que cuando las horas de trabajo son de menos de alrededor de 25 horas semana, estas jornadas tienen un impacto positivo en el funcionamiento cognitivo. Si se amplía los impactos negativos crecen y esto se afecta aun mas conforme avanzamos a la edad adulta afectando todas las capacidades intelectuales. Hoy se investigan temas como el Alzheimer y la jornada laboral para tratar de entender esta enfermedad del siglo XXI y Estudios científicos llegaron a la conclusión de que trabajar demasiado es perjudicial para las capacidades humanas. Como resultado de la investigación, se determinó que la jornada ideal para las mujeres es de 22-27 horas y, para los hombres, de 25-30 horas. Trabajar por encima de dicha cantidad genera estrés y baja productividad.<sup>5</sup>

#### **Costa Rica: Las jornadas más extensas del mundo.**

<sup>5</sup> <https://sputniknews.lat/20160727/investigacion-trabajo-cerebro-salud-1062495263.html>

<sup>6</sup> El promedio de 1.713 horas trabajadas por año en Japón no está entre las más altas de la lista de la OCDE, pero más allá del

La duración de la jornada laboral es uno de los principales desafíos del trabajo, junto al exceso de horas de trabajo, la necesidad de proteger la salud y la seguridad de los trabajadores mediante la limitación del tiempo laborado y la provisión de períodos adecuados de descanso y recuperación, incluido el descanso diario, semanal y anual remunerado, que debe ser el adecuado para la restauración neurobiológica.

En Centroamérica, por la jornada laboral excesiva se distingue Costa Rica, Honduras, El Salvador, mientras que Panamá ocupa el último lugar. Por su parte, el análisis de la OCDE, que incluyó a 38 países, mostró que los mexicanos (2.225 horas/año) y los costarricenses (2.212) tienen las jornadas laborales más extensas del mundo.<sup>6</sup> Costa Rica tiene menos días de descanso pagado que el resto de Centroamérica, solo 12, el resto mientras que Panamá y Nicaragua por ley tienen 30 días anuales.

#### **Experiencias pro vida: la reducción de enfermería en Suecia:**

En la actualidad se está cambiando la manera de pensar en cuanto el tiempo en que una persona puede ser productiva, rendir mejor y ser más eficiente. Suecia propone iniciativas para mejorar la calidad de vida reduciendo a seis horas la jornada de trabajo.<sup>vi</sup>

La investigación consistió en que la mitad de los funcionarios trabajarían solo seis horas sin disminución de sueldo, y el resto continuaría con su jornada normal. Con dos horas menos de trabajo, los trabajadores podrían pasar más tiempo con sus familias, realizar otro tipo de actividades como salir a pasear, visitar museos o simplemente tener un rato de ocio con sus amigos o familia.

El proyecto también se enfrentó a duras críticas de aquellos preocupados porque los costos superaran a los beneficios. Sin embargo, mientras el equilibrio entre tener vida y trabajar, es defendido por la mayor parte del espectro político en Suecia.

El experimento fue exitoso desde muchos puntos de vista: creando empleos adicionales para 17 enfermeras

número, existe la sombría realidad de que el país no cuenta con una legislación que estipule un límite máximo de horas semanales y no hay ningún límite para las horas extras.

en la ciudad, reduciendo los costos de cobertura por enfermedad y alimentando debates mundiales sobre la cultura laboral. Durante los primeros 18 meses del ensayo, las enfermeras que trabajaron menos horas registraron menos licencias por enfermedad, reportaron mejores condiciones de salud y aumentaron su productividad, organizando un 85% más de actividades para sus pacientes, desde paseos por la naturaleza hasta karaokes.<sup>vii</sup>

Esta experiencia estimuló nuevos ensayos financiados localmente, dirigidos a otros grupos de empleados con altos niveles de ausencia por enfermedad y agotamiento, incluyendo trabajadores sociales y enfermeras de hospital.<sup>7</sup> Diseñado para medir el bienestar en un sector al que le está costando reclutar suficiente personal para cuidar a la población cada vez más envejecida del país, se contrató a otras enfermeras para cubrir las horas de diferencia. Otros municipios suecos están siguiendo los pasos de Gotemburgo, con ensayos financiados localmente dirigidos a otros grupos de empleados con altos niveles de ausencia por enfermedad y agotamiento, incluyendo trabajadores sociales y enfermeras de hospital.<sup>8</sup>

### La experiencia en Alemania:<sup>9</sup>

La Oficina Federal para la Seguridad y Medicina Laboral de Alemania publica un informe sobre la jornada laboral.<sup>10</sup>

Entre los principales resultados del informe del año 2016 se encuentra que la media de horas semanales realmente trabajadas en ese país, oscila entre 35 y 42 horas, variando considerablemente entre los diferentes sectores. El 80% de los trabajadores trabaja de forma regular entre las 7 y las 19 horas. Fuera de este tramo horario, suelen darse mayores porcentajes de problemas de salud y descontento. Los turnos flexibles suelen encerrar un mayor riesgo que los turnos sucesivos, sobre todo si incluyen trabajo nocturno. Es en la industria y en los oficios donde más horas se trabaja, lo que

probablemente se deba a la poca importancia que tiene la jornada parcial. Igualmente, que las jornadas laborales extensas y las horas extraordinarias van unidas a menudo a una presión importante por cumplir plazos, un exceso de trabajo o la suspensión de pausas.

El 61% de los trabajadores disponen de una “una cuenta de tiempo de trabajo” en la que acumulan las horas extraordinarias, para no cambiar la salud por dinero aumentando la jornada y disponer luego de más tiempo libre. En la industria y las administraciones públicas suele ser el trabajador el que decide cuando hacer uso de las horas acumuladas, en las PYME, los oficios y el sector servicios es el empresario el que suele decidir cuándo puede disponer de ese contingente de horas.

El 38% de los trabajadores afirma disponer de flexibilidad a la hora de decidir sobre cuándo empezar y finalizar la jornada laboral, el 44% afirma poder decidir cuándo tomarse unas horas libres. Además, se indica que los cambios de horario por el patrono suponen una carga adicional para los trabajadores, sobre todo si el anuncio se produce con muy poca antelación. En cuanto a la disponibilidad fuera del horario de trabajo, el 22% asevera que la empresa espera que estén localizables fuera de su tiempo regular de trabajo. El 12% dice que a menudo la empresa se pone en contacto con ellos y el 23% que el contacto solo se produce en contadas ocasiones. Esta disponibilidad permanente no solo se traduce en una ampliación efectiva de la jornada de trabajo, sino también en un incremento considerable de la intensidad del trabajo.

Cuando se les consultó sobre los horarios deseados, se encuentra que cuatro de cada diez trabajadores por cuenta ajena están satisfechos con su jornada de trabajo y el 47% desearían reducirla. En cuanto al reparto de las jornadas entre las parejas, llama la atención que aproximadamente la mitad de las parejas sin hijos, tanto la mujer como el hombre, tiene un trabajo a jornada completa, mientras que, en la mayoría de las parejas con

<sup>7</sup> Los limpiadores del Hospital Skelleftea comenzarán un proyecto de 18 meses en marzo.

<sup>8</sup> Bengt Lorentzon, investigador principal del experimento en la casa de reposo de Svartedalen, sostiene que el concepto de jornadas de seis horas también choca con la fuerte cultura de trabajo flexible promovida por muchas empresas suecas.

<sup>9</sup> Revista Actualidad Internacional Sociolaboral nº 206. P.121 a 127

<sup>10</sup> A. M. Wöhrmann, S. Gerstenberg, L. Hünefeld, F. Pundt, A. Reeske-Behrens, F. Brenscheidt, B. Beermann: Arbeitszeitreport Deutschland 2016. . Dortmund: Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin en: [http://www.baua.de/de/Publikationen/Fachbeitraege/F2398.pdf?\\_\\_blob=publicationFile&v=19](http://www.baua.de/de/Publikationen/Fachbeitraege/F2398.pdf?__blob=publicationFile&v=19)

hijos, la mujer tiene un trabajo a jornada parcial. Más de 2/3 de estas parejas afirman que eligen este modelo por motivos personales o familiares, pero un 24% dice no encontrar un puesto de trabajo a jornada completa. Por otra parte, el 35% de las personas que cuentan con un empleo a jornada parcial desearían trabajar un mayor número de horas. Aproximadamente el 25% de este colectivo – en su mayoría mujeres – dice contar con salarios muy bajos y tener dificultades económicas.

Se ha logrado constatar que si el número de horas extras es superior a dos aumenta sobre todo la incidencia de cansancio físico e insomnio, siendo este proceso acumulativo durante la semana. Finalmente se concluye que la posibilidad de flexibilidad de horarios tiene una repercusión positiva en la salud y el balance vida-trabajo.

#### **A manera de conclusiones:**

- i. Costa Rica rema contra corriente en materia de derechos humanos. Mientras que en Suecia se está proponiendo la jornada de 6 horas y otros países han intentado aplicar un sistema de reducción en la carga de horas laborales, como Francia, donde se cambió la ley para disminuir a tan solo 35 horas semanales en el año 2000, nosotros proponemos ampliar la jornada de 12 horas sin ningún estudio científico que le de sustento a semejante ocurrencia.
- ii. La mayoría de personas trabajadoras están sujetas a un horario de ocho horas diarias, lapso en el que deben realizar diferentes tareas y completar en su tiempo libre sus obligaciones personales, familiares, educativas y de recreación. Este horario fue establecido en el siglo XIX por presión del movimiento obrero, que impulsó la idea de ocho horas de trabajo, ocho horas de recreación o estudio y ocho horas de descanso. En aquella época hubo muchos opositores, pero con el paso del tiempo se comprobó que era mejor que trabajar jornadas de 12 horas. La propuesta de jornada 4/3, con 48 horas semanales y sin restricciones en razón de la edad, tipo de trabajo, sin definir límites de intensidad de trabajo, no solo adolece de estudios que le de sustento a tal propuesta, sino que su imposición por la Asamblea Legislativa resulta contraria a las reglas de la historia, la ciencia y la lógica.
- iii. Descartar el conocimiento sobre jornadas elaborado desde el siglo XVII en que Felipe VII, trato de reducir la jornada a 8 horas; o bien, desconocer que hoy se

investigan las enfermedades y muertes por estrés laboral resultado de largas e intensas jornadas, es remar contra corriente y tomar el camino directo hacia las profundidades del infierno de las relaciones laborales.

- iv. Mas grave aún, proponer sin rodeos ni previsiones ni excepciones, la ampliación de la jornada a 12 horas diarias, afirmando que será beneficioso para las personas quienes gozarán de mayor tiempo libre es una vulgar falacia expuesta con sentido común, porque carecen de la mínima comprobación científico. Si la mentira política y la trampa está en la cola de la serpiente, dejemos claro lo que se busca es reducir salarios y eliminar el pago tiempo extraordinario, más allá de los malabares matemáticos con las horas del día que realizan sus proponentes.
- v. No considerar lo que los avances científicos han demostrado. Desconocer las experiencias exitosas como la alemana, que sirvió de base a la nueva legislación española, nos deja el sinsabor que el gobierno y los legisladores no parecen aprender nada de la historia moderna de la modificación de la jornada en los últimos 50 años. Esta ha demostrado la importancia de la reducción de las horas de trabajo y de disponer de flexibilidad a la hora de decidir sobre cuándo empezar y finalizar la jornada laboral, cuando menos como medios para enfrentar el estrés de la vida moderna.
- vi. Otras investigaciones como el estudio publicado por el Instituto Melbourne de Economía Aplicada e Investigación Social, señalan los riesgos de las jornadas extensas, por ejemplo, si una persona es mayor de 40 años, trabajar más de 25 horas semanales se afecta su capacidad intelectual, aumenta su estrés laboral y otros riesgos de salud.<sup>viii</sup>
- vii. Por otra parte, es razonable deducir, que uno de los principales motivos para querer incrementar el número de horas o aceptar la jornada de 12 horas, será contar con mayores ingresos familiares, mientras que el deseo de reducir el número de horas trabajadas parece estar relacionado con una carga excesiva de trabajo y un peor estado de salud. Además, una jornada intensiva o extensa suele ir acompañada de un descontento de los trabajadores en lo relativo su balance vida-trabajo y con un

aumento de los problemas de salud, a partir de la realización de dos horas extraordinarias.

- viii. Los excelentes resultados obtenidos en otras realidades comparadas por la reducción de la jornada laboral no han motivado en nuestra realidad la reducción de las 48 horas de trabajo semanal. Continuamos con jornadas de 48 horas semanales y 8 horas diarias aprobadas hace 100 años, pero no avanzamos. Mas bien, a contrapelo de los programas pro homine en materia de reducción de jornada, aquí se anima el gobierno a ampliar las jornadas y retornar a los años mas oprobiosos del capitalismo salvaje.
- ix. Las grandes perdedoras de todo este proceso serán las mujeres trabajadoras. Estarán sujetas a mayor estrés laboral y a una intensificación de su jornada y una reducción brutal de su tiempo libre Esta larga jornada afectara todas las relaciones familiares. Los tiempos de comidas, escuela, atención de hijos e hijas, familiares de la tercera edad, no pueden esperar y esto, como sabemos, lo asumen las mujeres en razón de los estereotipos prevalecientes o por su condición de jefas de hogar. Si ya el desempleo femenino es alto, debemos esperar un agravamiento de sus limitaciones para trabajar y por tanto mayor desempleo.
- x. No se puede esperar que semejantes cambios en la forma de vida de los trabajadores costarricenses queden sin respuesta. Parece que se está i una etapa de profundización de la lucha social. Huelgas y manifestaciones recorren Europa, Suramérica, y muchas otras latitudes, al igual que en el siglo XIX. Se discute la jornada, la vida útil de trabajo y el afán de retrasar la edad de jubilación, mientras que las empresas carecen de personal especializado. ¿Cómo reaccionaran los sindicatos costarricenses a los retos? ¿Sera cierto que fueron derrotados por las reformas laborales recientes que prohibieron las huelgas? ¿Intentaran nuevas alianzas y otras formas de protesta para mantener las garantías sociales?

## NOTAS

<sup>i</sup> Elaborado por Frank Ulloa Royo. Mayo 2023.

<sup>ii</sup> Hace 4 años, los trabajadores de dos empresas transnacionales, propiedad de Dole y Chiquita, encontraron cerrados sus centros de trabajo. Desaparecieron dos sindicatos y dos convenciones colectivas del sector privado de un plumazo. Aquí fallo la ley laboral, pero también el Ministerio de Trabajo y los Tribunales de Justicia. Los trabajadores por fin se dieron cuenta que tenían tiempo y que tenían la libertad de decidir a que dedicarlo.

<sup>iii</sup> Tempo dedicado ao trabalho e tempo livre: os processos sócio-históricos de construção do tempo de trabalho.

<sup>iv</sup> Lo anterior sin sujetarse a la lógica ni a la ciencia y privilegiando la explotación humana la precarización del empleo, sobre la vida humana. No se refieren los proponentes de el proyecto de ley a las consecuencias sobre la salud, las diferencias de intensidad del trabajo o agotamiento, las consecuencias sobre la vida útil de trabajo, la vida familiar, y la prevención de incidentes laborales, para citar tan solo algunas de las consecuencias negativas. En resumen, Lo anterior nos lleva a un infierno laboral generalizado.

<sup>v</sup> Shinya Kajitani, Colin McKenzie y Kei Sakata son los tres economistas que han realizado la investigación. Están interesados en el aumento de la edad de jubilación y la repercusión que tiene eso en la sociedad. Llegan a la conclusión que, en personas mayores de 40 años, cuando las horas de trabajo son más de 25 horas por semana, estas tienen impactos negativos sobre la cognición. "Estos resultados sugieren que las personas en la tercera edad podrían mantener sus capacidades cognitivas la capacidad de trabajar en un trabajo a tiempo parcial que les obliga a trabajar alrededor de 20-30 horas por semana". En: Trabajar 3 días por semana, lo justo a partir de los 40 años. ver. <https://canalceo.com/3-dias-por-semana-40-anos-estudio-melbourne/>

<sup>vi</sup> Daniel Bernman, concejal responsable de la atención de ancianos y miembro del partido de Izquierda en el Ayuntamiento de Gotemburgo, dijo que durante 40 años

habían tenido una semana laboral de 40 horas y debido a ello su personal presentaba muchos reportes de permisos por enfermedad y retiro anticipado. De acuerdo con Bernman, lo que el experimento social busca es mejorar la vida laboral y mantener la asistencia de los trabajadores durante los próximos 40 años.

<sup>vii</sup> ¿Es cierto que en Suecia trabajan sólo 6 horas al día? (y que es mejor que trabajar 8). Pero su sonrisa se desvanece cuando cuenta que su propia suerte se agotó a fines del año pasado, cuando tras 23 meses de turnos de seis horas, le comunicaron que regresaría a los de ocho.. "Siento que estoy más cansada que antes", dice lamentando el hecho de que ahora tiene menos tiempo en casa para cocinar o leer con su hija de 4 años. Suecia todavía está investigando distintos patrones de jornada laboral. Aram Seddigh, quien del Instituto de Investigación de Estrés de la Universidad de Estocolmo se dedica al estudio de los cambios en los patrones de trabajo indica: "Creo que el día de trabajo de seis horas sería más efectivo en organizaciones -como los hospitales- donde trabajas durante seis horas y luego te vas del trabajo y regresas a casa", asegura el investigador. Puede ser menos efectivo para organizaciones donde los límites entre el trabajo y la vida privada no están tan claros.

<sup>viii</sup> Colin McKenzie, investigador profesor de economía en la Universidad Keio, en Tokio. "Sin embargo, el exceso de horas de trabajo puede causar fatiga y estrés físico o mental, lo cual potencialmente daña la capacidad del cerebro para procesar información", agrega. ¿Por qué la edad de 40 es clave? En palabras de McKenzie, nuestra "inteligencia fluida" -término que describe qué tan bien procesamos información- comienza a declinar alrededor de los 20, mientras que la "inteligencia cristalizada", o la capacidad para utilizar habilidades, conocimiento y experiencias, comienza a decrecer luego de los 30. De acuerdo con el investigador, al llegar a los 40 años la mayoría de las personas comienzan a obtener resultados relativamente menos buenos en exámenes para medir la memoria, el reconocimiento espacial y la agilidad mental.