



Marzo 2026

Área: Seguridad Social

Reforma laboral: reducción gradual a la jornada de 40 horas en México

Resumen:

La reforma al artículo 123 constitucional establece la reducción progresiva de la jornada laboral de 48 a 40 horas semanales entre 2026 y 2030, sin afectar salarios ni prestaciones, impactando costos, turnos y estructuras operativas de las empresas.

Escrito por:

L.C. Miguel Castañeda
Gerente de Seguridad Social
y Contribuciones Locales

L.C. Michel Saraí Rodríguez Ramos
Senior Seguridad Social y
Contribuciones Locales

dn@bhrmx.com
www.bhrmx.com

En una jornada histórica para el marco laboral nacional, la Cámara de Diputados del H. Congreso de la Unión aprobó por mayoría calificada el dictamen que reforma y adiciona las fracciones IV y XI del Apartado A del artículo 123 de la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos, con el propósito de establecer una jornada laboral máxima de cuarenta horas semanales.

La iniciativa, enviada por la presidenta de la República, Claudia Sheinbaum Pardo, fue aprobada en lo general y en lo particular con amplio respaldo en el Pleno:

- 469 votos a favor en lo general (sin votos en contra ni abstenciones).
- 411 votos a favor en lo particular, con 58 votos en contra de diputados de diversos grupos parlamentarios.

El dictamen fue remitido a las legislaturas de los estados y de la Ciudad de México para su ratificación, conforme al artículo 135 constitucional, paso indispensable para que la reforma sea declarada constitucional y pueda ser promulgada.

El 26 de febrero, la reforma laboral alcanzó la aprobación de 17 congresos locales, el número necesario para su declaratoria de constitucionalidad. Con ello, las modificaciones a la Carta Magna concluyeron su proceso legislativo.

A continuación, se destacan los elementos esenciales de la reforma aprobada:

Punto	Contenido
Jornada máxima	Se establece una jornada máxima de 40 horas semanales, con al menos un día de descanso con goce de salario íntegro por cada seis días laborados.
Trabajo extraordinario	Se permitirá hasta un máximo de 12 horas extraordinarias por semana, distribuidas en hasta cuatro horas diarias dentro de un máximo de cuatro días. Dichas horas deberán pagarse al 100% adicional sobre el salario ordinario.
Horas excesivas	En caso de exceder el límite legal de horas extraordinarias, el empleador deberá cubrir el pago al 200% adicional sobre el salario correspondiente (horas triples). Se establece además un límite de cuatro horas triples semanales, las cuales actualmente no cuentan con tope expreso.
Restricción para menores	Las personas menores de 18 años no podrán realizar horas extraordinarias.

Implementación gradual:

La transición hacia la jornada laboral de 40 horas será progresiva conforme al siguiente calendario:

En 2026 la jornada seguirá siendo de 48 horas;

1. En 2026, la jornada máxima continuará siendo de 48 horas semanales.
 2. En 2027, se reducirá a 46 horas.
 3. En 2028, a 44 horas.
 4. En 2029, a 42 horas.
 5. En 2030, se alcanzará el límite definitivo de 40 horas semanales.
- Salarios y prestaciones: En ningún caso la reducción de la jornada laboral podrá implicar disminución alguna en los sueldos, salarios ni en las prestaciones de las personas trabajadoras.
 - Regulación secundaria: El Congreso de la Unión deberá expedir las reformas correspondientes a la legislación secundaria dentro del plazo de 90 días naturales contados a partir de la publicación del decreto en el Diario Oficial de la Federación.

Esta reforma representa un cambio estructural en la regulación laboral de México. Durante más de un siglo, la jornada legal de trabajo se mantuvo en 48 horas semanales; la modificación constitucional responde a una evolución normativa orientada a fortalecer el equilibrio entre la vida laboral y personal de las personas trabajadoras.

La reforma fue construida y discutida considerando diversas posturas de los sectores productivo, sindical y legislativo. Asimismo, preserva el derecho al descanso y busca salvaguardar la productividad nacional mediante una implementación progresiva de la reducción de la jornada, sin afectar los niveles salariales.

Con su aprobación en lo general y en lo particular por mayoría calificada en la Cámara de Diputados, la reforma constitucional para reducir gradualmente la jornada laboral de 48 a 40 horas semanales concluyó su trámite en el Congreso de la Unión y quedó sujeta al proceso de declaratoria de constitucionalidad correspondiente.

La reducción progresiva de la jornada laboral no solo implica un cambio normativo, sino una transformación operativa que impactará estructuras de costos, esquemas de turnos, productividad, contratación y cumplimiento laboral.

En BHR México analizamos el alcance real de la reforma y acompañamos a las organizaciones en la adecuación de sus estructuras laborales, fiscales y de seguridad social.

Si deseas evaluar el impacto específico en tu empresa, contáctanos y agenda un diagnóstico preventivo con nuestro equipo especializado.