

REDUCCIÓN DE LA JORNADA LABORAL A 40 HORAS:

“40 horas laborales sería una de las grandes medidas en el ámbito de las políticas públicas que pueden impactar en la salud de las personas”



Ricardo Gálvez Poblete

Que los trabajadores dediquen más espacio al ocio y a su familia. Una mejora en la salud física y mental. Un aumento de la cesantía. Encarecimiento de los productos, alza de la inflación y disminución del poder adquisitivo.

Estos son algunos de los argumentos a favor y en contra del proyecto de la diputada del Partido Comunista (PC), Camila Vallejo, el que tiene como objetivo reducir la jornada laboral de 45 a 40 horas y que a pesar de ser anunciado en 2017, este año fue cuando surgió con fuerza en la agenda política, social y económica.

Precisamente uno sino el razonamiento más fuerte para el patrocinio de esta iniciativa, son los beneficios para la salud física y mental. En este contexto, el decano de la Facultad de Ciencias de la Salud de la **Universidad de Las Américas (UDLA)**, especialista en Medicina del Trabajo y Toxicología de la **Universidad** de París, consultor de la Organización Pana-

El decano de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad de Las Américas, además, de impulsor del Plan Auge, entre otras iniciativas, Hernán Sandoval, manifestó que la actual jornada de trabajo deja muy poco espacio para la vida familiar, la asociativa y para la recreación, por lo que ocasiona una vida muy limitada. Misma vida limitada que contribuye a agravar problemas de salud mental como depresión, ansiedad y trastornos de sueño, entre otros.

mericana de la Salud y de la Organización Mundial de la Salud (OPS/OMS), además, de impulsor del Plan Auge, Hernán Sandoval, nos contó acerca de las ventajas del proyecto.

“Desde hace bastante tiempo hemos sostenido que la disminución de la jornada de trabajo, es una de las grandes medidas en el ámbito de las políticas públicas que pueden impactar en la salud de las personas”, indicó.

De este modo, el facultativo reveló que diversas enfermedades crónicas tienen relación con una serie de riesgos que se presentan en la vida social. Por lo tanto, existe una raíz socio-cultural que se imbrica con la ocurrencia de estos padecimientos no transmisibles. Es así como destacó al sobre-

peso y la obesidad, los que condicionan la hipertensión arterial, la diabetes, problemas osteomusculares, conjuntamente con otros problemas psicológicos. “Todo ello concurre a configurar un panorama en que las condiciones de vida tienen mucho que ver con la producción de estas patologías, más que el acceso o no a tratamientos médicos”, agregó.

A esto se complementa, según el experto, que casi el 90 por ciento de la población chilena que es mayor de 18 años, declara no hacer ejercicios, lo que contribuye a agravar las enfermedades anteriormente mencionadas.

De acuerdo a la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económicos (OCDE), Chile es uno de sus países miembros que más trabaja, con 1.974 horas. De

hecho, los chilenos laboran en promedio unas 200 horas más que el resto de integrantes, lo que nos ubica en el top 5 en este ámbito.

“En este contexto, 45 horas en las grandes ciudades, las que tienen unas tres horas, por lo menos, de transporte diario...en el fondo representan 60 horas de la vida semanal dedicadas exclusivamente al tema laboral, lo que deja muy poco espacio para la vida familiar, la asociativa, para la recreación y ocasiona una vida muy limitada. Misma vida limitada que contribuye a agravar problemas de salud mental como la depresión, ansiedad, trastornos de sueño y ese tipo (...) Evidentemente con cinco horas menos de trabajo, se podría mejorar significativamente la calidad de vida”, concluyó Sandoval.