

Califican como "éxito abrumador" la reducción de la jornada laboral en Islandia



Una investigación realizada en Islandia durante cuatro años, entre 2015 y 2019, revela que **trabajar menos horas por el mismo salario mejora el bienestar de los trabajadores, sin que se produzca una merma en la productividad**. Durante esos cuatro años, unos 2.500 empleados del sector público participaron en dos grandes ensayos, **trabajando entre 35 y 36 horas semanales de las 40 que eran habituales**, sin reducción en sus salarios. De los ensayos surge que **el bienestar de los trabajadores aumentaba «drásticamente» en una serie de indicadores**, desde el estrés percibido y el agotamiento, hasta la salud y el equilibrio entre la vida laboral y la personal. Los resultados publicados por el grupo Autonomy y la organización de investigación Association for Sustainable Democracy (Alda), calificados como de un «éxito abrumador», muestran que la mayoría de los empleados **no tuvieron que hacer más horas extras, con reuniones más cortas y supresión de tareas innecesarias**, todo lo cual ayudó a los trabajadores a cumplir el nuevo régimen.

Al mismo tiempo, **la reducción en los horarios de trabajo no supuso ningún descenso de la productividad o la prestación de servicios** sino que se mantuvieron como estaban cuando el horario de trabajo promedio era de 40 horas.

«En ambos ensayos, **muchos trabajadores expresaron que tras empezar a trabajar menos horas se sentían mejor**, con más energía y menos estresados, lo que les hacía

tener más energía para otras actividades, como el ejercicio, los amigos y las aficiones», afirma el informe publicado, lo que **repercutió directamente en «un efecto positivo en su trabajo»**.

Desde que se llevaron a cabo las pruebas, **alrededor del 86 por ciento de los trabajadores de Islandia han pasado a tener una semana laboral más corta**, y los investigadores de las pruebas esperan que esta iniciativa puedan aplicarse también en otros países.

El único país latinoamericano que estudia una medida similar es Chile. No obstante, el proyecto de ley que se analiza **busca reducir la jornada laboral a 40 horas semanales en un principio** y a 38 en el quinto año de su implementación, cuando **la jornada actual de trabajo es de 45 horas semanales**.