

Colegio de Profesionales en Ciencias Políticas y Relaciones Internacionales

Comunicado de Prensa

lunes, 4 de agosto de 2025

Sobre el proyecto de ley 24.290 de jornadas laborales excepcionales 4x3

- El proyecto de jornadas 4x3 implica un retroceso histórico en los derechos laborales consagrados en la Constitución y convenios internacionales, al promover jornadas ordinarias de 12 horas sin justificación técnica ni garantías colectivas, contradiciendo el principio de progresividad y desnaturalizando las excepciones del Código de Trabajo.
- La tramitación acelerada del proyecto sin consulta tripartita vulnera principios democráticos y estándares de la OIT, mientras que las capacidades limitadas del Ministerio de Trabajo imposibilitan una fiscalización adecuada, lo que incrementa el riesgo de incumplimientos y precarización laboral.

El Colegio de Profesionales en Ciencias Políticas y Relaciones Internacionales (CPRI), en ejercicio de las competencias establecidas en la Ley Orgánica No. 9614, expresa su inquietud ante el avance en la discusión legislativa del proyecto de ley tramitado bajo el expediente N.º 24.290, que propone jornadas laborales de 12 horas diarias durante cuatro días, con tres días de descanso. Lo anterior, por cuanto se interpreta que esta iniciativa no solo degrada los derechos laborales y la salud pública, sino que erosiona la democracia participativa y desconoce compromisos internacionales suscritos por Costa Rica en dicha materia.

Desde 1949, la jornada laboral de 8 horas quedó consagrada en la Constitución Política y en el Código de Trabajo, como resultado de décadas de lucha sindical que se remontan a finales del siglo XIX y principios del XX. Estas gestas históricas, impulsadas por el lema “ocho horas de trabajo, ocho de descanso y ocho de recreación”, marcaron el fin de jornadas abusivas que llegaban hasta las 12 horas diarias. El proyecto en cuestión pretende revertir esas conquistas centenarias, implicando un retroceso de al menos un siglo en materia de protección social y laboral.

En consecuencia, el CPRI advierte sobre los siguientes impactos, que son considerados como negativos, que genera el proyecto:



1. Contradicción con estándares nacionales e internacionales vigentes.

La propuesta legislativa para establecer jornadas laborales excepcionales bajo el esquema 4x3 presenta serias diferencias con los estándares normativos internacionales del trabajo, ratificados por Costa Rica, así como con el ordenamiento jurídico nacional vigente.

Respecto a los acuerdos internacionales, esta propuesta contraviene el Convenio N.º 1 de la Organización Internacional del Trabajo (OIT), ratificado por Costa Rica mediante la Ley N.º 6711, el cual dispone como límite la jornada de 8 horas diarias y 48 semanales, en particular para actividades industriales. Según el artículo 7 de la Constitución Política, este convenio tiene rango supralegal y debe aplicarse con primacía sobre leyes ordinarias.

Asimismo, el proyecto afecta el principio de progresividad de los derechos laborales, consagrado en instrumentos internacionales como el Pacto Internacional de Derechos Económicos, Sociales y Culturales (PIDESC) y el Protocolo de San Salvador. En estos convenios se establece que los Estados deben avanzar progresivamente hacia una mayor protección de los derechos y, por tanto, impide la adopción de reformas que impliquen un retroceso injustificado. Según el artículo 2.1 del PIDESC:

“Los Estados Parte se comprometen a adoptar medidas (...) especialmente económicas y técnicas, hasta el máximo de los recursos disponibles, para lograr progresivamente la plena efectividad de los derechos (...).”

A la luz de este principio, preocupa que la generalización de jornadas laborales de 12 horas diarias, sin que exista una justificación técnica clara y sin garantías colectivas, pueda interpretarse como regresiva, al debilitar las condiciones mínimas de protección laboral previamente establecidas. En esa línea, la Procuraduría General de la República, en su Dictamen C-145-2024 (emitido en julio de 2024), advirtió que institucionalizar este tipo de jornadas por medio de una ley ordinaria desnaturaliza el régimen de excepciones del Código de Trabajo y contradice la lógica de protección histórica que ha caracterizado al ordenamiento jurídico costarricense:

“Debe tenerse especial cautela cuando se pretenda institucionalizar como ordinaria una jornada que supera los márgenes históricos y normativos de protección del trabajador. Las excepciones deben ser tales, y no volverse la regla general.”

La propuesta entra en contradicción con los límites establecidos en la legislación costarricense. El artículo 136 del Código de Trabajo (Ley N.º 2) establece claramente que la jornada ordinaria no podrá exceder de 8 horas diarias ni 48 horas semanales para el horario diurno, y de 6 horas diarias ni 36 horas semanales para el nocturno. En esta línea de interpretación, el Ministerio de Trabajo y Seguridad Social (MTSS) antes ha reiterado estas disposiciones legales y posicionamiento. Por ejemplo, durante el análisis del expediente legislativo N.º 21.182 (2020), se advirtió ante la Asamblea Legislativa que las jornadas ordinarias de 12 horas no están permitidas por el Código de Trabajo y que, incluso en casos excepcionales, su implementación exige una ley especial, acuerdo colectivo y garantías mínimas de salud y descanso.



Asimismo, el artículo 139 del Código de Trabajo establece que cualquier hora laborada más allá de la jornada ordinaria debe pagarse como hora extra, con un recargo del 50% adicional sobre el salario ordinario. En este sentido, la aprobación generalizada del esquema 4x3 no solo desnaturaliza el principio constitucional de la jornada máxima de 8 horas, piedra angular del derecho laboral costarricense, sino que también compromete estándares mínimos de protección laboral.

Por otro lado, es importante señalar que en este proyecto se propone una implementación “voluntaria”, no obstante, la experiencia comparada y las condiciones reales del mercado laboral indican que esta voluntariedad sería, en muchos casos, meramente nominal. En la práctica, la posibilidad de optar por mantener una jornada ordinaria no necesariamente garantiza una elección libre e informada: es plausible anticipar que quienes rechacen acogerse al nuevo esquema podrían enfrentar exclusiones en la asignación de turnos, beneficios o promociones. Esta situación se vuelve aún más preocupante en sectores con baja sindicalización o con altos niveles de vulnerabilidad socioeconómica, donde las personas trabajadoras estarían sujetas a presiones indirectas que las obligarían a aceptar condiciones desfavorables.

Adicionalmente, el proyecto abre la puerta a nuevas formas de desigualdad laboral. Al limitarse su aplicación a sectores “especiales” o tecnificados, se corre el riesgo de institucionalizar brechas entre trabajadores con acceso a este tipo de jornadas y aquellos que, por la naturaleza de su empleo o sector productivo, no pueden acogerse a ellas. Esto amenaza con erosionar los principios de equidad e igualdad de trato en el ámbito laboral.

2. Precedente de una decisión unilateral sin consulta tripartita.

La estrategia legislativa utilizada para hacer avanzar el proyecto de jornadas 4x3 limita los procesos democráticos y favorece una visión unilateral alineada con intereses empresariales.

Este proyecto ha avanzado en la corriente legislativa por medio de una vía rápida, sin la realización de audiencias públicas amplias ni un diálogo tripartito efectivo entre empleadores, personas trabajadoras y el Estado, tal como lo recomienda la Organización Internacional del Trabajo (OIT). En consecuencia, se considera que esto debilita el cumplimiento del Convenio N.º 144 de la OIT sobre consulta tripartita, ratificado por Costa Rica en 1981, el cual establece que toda modificación sustantiva en materia laboral debe ser producto de un proceso participativo, transparente y técnicamente sustentado.

Es por ello que, en lugar de una flexibilización impuesta, se recomienda abrir un espacio formal de diálogo social que permita conciliar la eficiencia productiva con la protección del bienestar físico, emocional y familiar de las personas trabajadoras. En ese mismo sentido, la Comisión de Expertos en Aplicación de Convenios y Recomendaciones (CEACR) ha advertido que permitir jornadas ordinarias de 12 horas sin mediación de negociación colectiva contraviene el Convenio N.º 1 de la OIT, ya que este no admite ampliaciones unilaterales de la jornada laboral máxima establecida.

3. Nula o poca capacidad fiscalizadora por parte del MTSS.

El incumplimiento generalizado de derechos laborales en el país representa un desafío estructural que se ve agravado con la implementación de jornadas de trabajo de 12 horas bajo el esquema 4x3.

Según datos del INEC, cerca del 30% de los empleadores no cumplen con el pago del salario mínimo, y la Inspección de Trabajo ha constatado que más del 70% de los patronos infringen al menos una norma laboral, entre ellas la falta de aseguramiento ante la CCSS, el incumplimiento en el pago de horas extra, y la ausencia de cobertura frente a riesgos del trabajo (Pomareda, Semanario Universidad, 9 de julio de 2025; Pomareda, Semanario Universidad, 31 de julio de 2025). Este escenario evidencia un contexto complejo, en lo que tiene que ver con la protección de los derechos laborales, el cual se prevé se profundizará con la extensión de las jornadas y afectará especialmente a los sectores más vulnerables.

La capacidad de fiscalización laboral del MTSS presenta limitaciones críticas que dificultan la garantía efectiva de los derechos de las personas trabajadoras. La Dirección Nacional de Inspección del Trabajo (DNI) opera con un déficit de personal significativo, con apenas 80 inspectores para supervisar a más de 1.6 millones de trabajadores, lo que equivale a un inspector por cada 15,220 empleados, situación que exige un incremento mínimo del 50% en su recurso humano. A ello se suman limitaciones presupuestarias derivadas del incumplimiento en la asignación de recursos provenientes de multas laborales, reducción drástica de fondos y falta de infraestructura adecuada, que afectan especialmente a regiones como Brunca y Quepos. La ausencia de una inspección laboral estratégica y priorizada, a pesar de contar con bases de datos y herramientas técnicas, refleja la necesidad urgente de fortalecer la fiscalización para prevenir la vulneración de derechos ante la posible aprobación de jornadas laborales que implican un mayor desgaste físico, social y económico (Benavides, APSE, 12 de diciembre de 2022; Pomareda, Semanario Universidad, 9 de julio de 2025; Pomareda, Semanario Universidad, 31 de julio de 2025).

4. Riesgos para la salud, la seguridad y la participación ciudadana de las personas trabajadoras.

La evidencia científica es clara, las jornadas laborales de 12 horas provocan fatiga crónica, estrés, enfermedades cardiovasculares, trastornos del sueño, accidentes laborales y adicciones. Diversos estudios concluyen que los tres días de descanso no compensan el desgaste físico y mental acumulado. Además, representa un socavamiento a la participación ciudadana.

En 2023 y 2025, la Organización Internacional del Trabajo reiteró que extender la jornada diaria a 12 horas representa un riesgo directo para la salud de las personas trabajadoras. Además de alertar sobre un mayor riesgo de enfermedades cardiovasculares, la OIT subrayó el impacto en la salud mental, la fatiga crónica, el aumento de accidentes laborales y los efectos desproporcionados sobre las personas trabajadoras. Lo anteriormente expuesto, es concordante con lo que expresa nuestra Constitución Política, la cual establece en sus artículos



56 y 64 que el Estado debe garantizar condiciones laborales dignas, debidamente remuneradas y respetuosas de la libertad y la dignidad humana. Asimismo, el Estado promueve el bienestar de las personas trabajadoras y protege sus derechos fundamentales, prohibiendo expresamente su renuncia.

Es de interés señalar que jornadas de trabajo prolongadas afectan el rendimiento y dificultan el equilibrio entre la vida personal y el trabajo. Según la OIT, las jornadas superiores a 10 horas diarias se asocia con mayores niveles de estrés y riesgo de accidentes, lo que evidencia su incompatibilidad con una política laboral centrada en el bienestar.

Desde nuestra parte, se considera que las jornadas laborales prolongadas y extenuantes comprometen también y, de una manera grave, la participación ciudadana. Trabajar más de 40 horas semanales reduce significativamente la probabilidad de votar Li et al. (2023). Estas condiciones reducen el tiempo libre necesario para informarse, deliberar, asociarse y ejercer derechos democráticos. El tiempo libre, junto con el ingreso y las habilidades cívicas, es un recurso fundamental para la participación política (Brady et al., 1995), y su limitación afecta negativamente la deliberación pública, la representación y el involucramiento cívico.

Por lo tanto, es que se considera que el proyecto en cuestión no solo erosiona derechos laborales básicos, sino que también debilita los pilares de la democracia, al impedir que amplios sectores de la población, particularmente las mujeres trabajadoras, participen de manera activa e informada en la vida pública. El agotamiento físico y emocional derivado del exceso de trabajo disminuye la eficacia política subjetiva, el interés en los asuntos públicos y la disposición a participar en procesos colectivos. Asimismo, la reducción en la interacción social (con familia, amistades o redes laborales) socava la dimensión social de la participación política, que es esencialmente relacional y no meramente individual. En este sentido, las condiciones laborales impuestas por el proyecto de ley 24.290 no son neutrales, sino estructuralmente excluyentes para el ejercicio pleno de la ciudadanía (Berbel, 30 de abril de 2025).

5. Profundización de la desigualdad de género.

La implementación de estas jornadas en Costa Rica representa un retroceso en los derechos laborales y de género, con consecuencias especialmente graves para las mujeres trabajadoras, en un país con más del 40% de mujeres jefas de hogar.

Según datos del Instituto Nacional de Estadística y Censos (INEC), el 43% de los hogares costarricenses son monoparentales con jefatura femenina, lo que significa que cerca de 480.000 familias dependen económicamente de mujeres que además asumen solas las labores de cuidado. Bajo este modelo laboral, la supuesta jornada de 12 horas se extenderá en la práctica a 14 o 16 horas, al sumar tiempos de desplazamiento y las inevitables responsabilidades domésticas, dejando a cientos de niños y niñas sin el acompañamiento necesario para su desarrollo educativo y emocional. Esta situación no solo perjudica el bienestar familiar, sino que reproduce ciclos de desigualdad al recargar desproporcionadamente a las mujeres.



Diversos colectivos profesionales, académicos y sectoriales alertan que este modelo exacerbará las desigualdades de género en el país. En particular, coloca una doble carga laboral sobre mujeres jefas de hogar, quienes deben compatibilizar largas jornadas con responsabilidades domésticas no remuneradas, lo cual afecta su salud, su descanso y su participación en la vida comunitaria. Asimismo, se advierte un riesgo de discriminación indirecta, especialmente hacia personas cuidadoras, estudiantes, mujeres embarazadas o personas con condiciones médicas especiales, quienes podrían quedar excluidas del acceso al empleo si no pueden ajustarse a este formato de jornada extendida.

El estudio “*Flexibilización de las jornadas laborales y la crisis de los cuidados*” de la Universidad Estatal a Distancia (UNED) evidencia que las mujeres entrevistadas enfrentan agotamiento físico y mental, privación del sueño y dificultades insostenibles para conciliar trabajo y cuidados. Este problema se agrava al considerar que el sistema nacional de cuidado solo cubre al 60 % de la población que lo necesita. De implementarse las jornadas 4x3, esta red de apoyo podría colapsar, forzando a muchas mujeres a abandonar sus empleos y profundizando la brecha de participación laboral, que actualmente es de 22 puntos porcentuales entre hombres (67.5 %) y mujeres (45.5 %), según el INEC. Esto demuestra que la reforma institucionaliza la doble jornada femenina sin ofrecer soluciones estructurales.

En zonas rurales y costeras, los impactos son aún más severos. La Red de Mujeres Costeras y Rurales ha denunciado que la supuesta flexibilidad se convierte, en estos contextos, en un mecanismo de exclusión. La falta de transporte nocturno, guarderías accesibles y servicios básicos obliga a muchas mujeres a elegir entre empleos precarios o el abandono del mercado laboral. Tras cumplir extensas jornadas, deben además enfrentar una segunda jornada no remunerada de cuidados, sin respaldo estatal. Esta situación se agrava considerando que el 38 % de las trabajadoras costarricenses laboran en la informalidad, donde las protecciones legales son mínimas (OIT, 2023).

En suma, esta reforma laboral evidencia un modelo de políticas públicas que prioriza la competitividad empresarial por encima de los derechos humanos. Lejos de representar una modernización, la jornada 4x3 profundiza la crisis de cuidados, revictimiza a las mujeres y consolida un modelo económico que explota su tiempo y salud. Sin corresponsabilidad estatal y empresarial, esta “flexibilidad” no es más que un eufemismo para la precarización.

La reforma propuesta no solo entra en contradicción con compromisos internacionales del país y con legislación nacional vigente, sino que además pone en riesgo a sectores vulnerables, afecta la salud integral de las personas trabajadoras, su participación ciudadana y profundiza las desigualdades de género. Aunado a lo anterior, el proyecto representa una disminución de ingresos reales para las personas trabajadoras, pues cambiaría el pago de horas extras por un recargo fijo sobre el salario mínimo. La reforma fija un 17% adicional sobre el salario mínimo (diurno) para compensar las horas extra. Sin embargo, ese recargo se aplica al salario mínimo, no al salario real del trabajador, lo que equivale a ingresos inferiores respecto al esquema actual.

En consecuencia, con lo anteriormente expuesto:



El CPRI asume la obligación profesional, científica y ética de manifestar su preocupación sobre el proyecto de ley 24.290 puesto que el mismo se observa como un claro retroceso en los derechos de las personas trabajadoras. De igual forma, se considera que este proyecto daña la reputación de Costa Rica como defensor del trabajo decente y los derechos fundamentales. En un momento en que países como Dinamarca, Alemania y los Países Bajos discuten la reducción de la jornada laboral semanal a 35 horas o menos, respaldados por evidencia que demuestra mayor productividad y bienestar, Costa Rica corre el riesgo de retroceder hacia un modelo de intensificación laboral que contraviene las tendencias globales de desarrollo humano y sostenibilidad social.

Es por lo anterior que, con la intención de avanzar en un debate responsable, se considera imprescindible que:

- I. **se active la discusión sobre la reducción de la jornada laboral semanal en Costa Rica de 48 a 40 horas, sin afectar el salario de las personas trabajadoras.** Costa Rica ocupa el puesto número 38 de 40 países evaluados por la OCDE en productividad laboral, a pesar de que sus trabajadores laboran significativamente más horas que el promedio. En 2022, la productividad laboral promedio en la OCDE fue de \$67.5 por hora trabajada, mientras que en Costa Rica fue de apenas \$29.6.”
- II. **se garantice un acceso efectivo a la educación formal.** El sistema educativo público actual no está diseñado para jornadas laborales excepcionales que dificultan la participación en la educación primaria y secundaria, lo cual limita gravemente las oportunidades de desarrollo de miles de personas trabajadoras y sus familias.
- III. **mejorar y ampliar la red de cuidado.** Reconociendo que las largas jornadas laborales afectan especialmente a las mujeres y cuidadoras, es necesario buscar soluciones para quienes enfrentan mayores barreras para acceder a empleos en igualdad de condiciones. Sin una Red de Cuido bien financiada y readecuada, esta reforma perpetúa desigualdades estructurales y limita la autonomía laboral y personal de amplios sectores.
- IV. **comprometer recursos adicionales significativos para fortalecer la Inspección del Trabajo y el Consejo de Salud Ocupacional.** Actualmente, la falta de financiamiento y personal genera duda sobre la capacidad real de fiscalizar y garantizar el cumplimiento de las normas, lo que debilita la protección de los derechos laborales y la salud de la población trabajadora.

En conclusión, se considera que este proyecto de Ley refleja una visión de política pública que privilegia la eficiencia económica sobre los derechos humanos y el bienestar social. De igual



forma, se señala que el desarrollo genuino y sostenible de Costa Rica debe sustentarse en un marco que promueva justicia social, equidad de género y democracia participativa.

Por todo lo anterior, el Colegio de Profesionales en Ciencias Políticas y Relaciones Internacionales, se suma a voces técnicas, académicas y territoriales que exigen políticas laborales centradas en la equidad, la dignidad humana y el desarrollo sostenible. Reiteramos nuestra disposición a aportar insumos técnicos y políticos desde las ciencias políticas y las relaciones internacionales para promover un debate informado y riguroso.

