



Trabajar menos, y no de forma más inteligente

Natalie Bennett

Los argumentos a favor de políticas progresistas, como la reducción de la jornada laboral y la renta básica universal, suelen basarse exclusivamente en su potencial para aumentar la productividad. Sin embargo, maximizar la producción no es lo que necesitan las personas ni el planeta. ¿Cómo podemos cambiar el discurso?

La semana laboral de cuatro días como norma, sin reducción salarial (y sin aumento de la jornada diaria), es una idea que está ganando popularidad y aplicándose en toda Europa y fuera de ella. Las pruebas están descubriendo (como era de esperar) que la semana de cuatro días proporciona una mayor salud y bienestar a los empleados, una mayor capacidad para cumplir con las responsabilidades de cuidado, disfrutar de una vida social y participar en actividades comunitarias, así como mayores tasas de retención de empleados. Estos hallazgos fueron confirmados por la mayor prueba de semana laboral de cuatro días realizada hasta la fecha, llevada a cabo en el Reino Unido en 2022.



Photo by [Raphael Nast](#) on [Unsplash](#)

La pausa en la redistribución a largo plazo del tiempo, alejándose del trabajo agotador e interminable del siglo XIX hacia la visión de John Maynard Keynes de una semana laboral de 15 horas (o de 21 horas, propuesta hace más de una década por la New Economics Foundation), fue una medida del fracaso de la política y la economía de finales del siglo XX: generó beneficios para unos pocos a costa de un enorme coste para las personas y el planeta. De hecho, el fin de la «gran homologación» de la riqueza de finales del siglo XX, en la era de Margaret Thatcher y Ronald Reagan, también vino acompañado de un aumento masivo del tiempo que los hogares dedicaban al trabajo remunerado. Esto se debió en gran medida a la incorporación de muchas mujeres al empleo remunerado. Hoy en día, la familia con dos ingresos es esencial para la calidad de vida básica en muchas partes del mundo.

No es lo que quería decir

Aunque las ventajas de la reducción de la jornada laboral son evidentes, hay un elemento que debería hacernos reflexionar detenidamente sobre cuál es exactamente nuestro objetivo. Como proclama un artículo del Foro Económico Mundial, la semana laboral de cuatro días aumenta la productividad (el énfasis es mío). El artículo añade: «Trabajar de forma más inteligente, no más dura, ha sido el mantra de los consultores de gestión durante décadas».

Esto empieza a parecer un poco menos idílico, ya que asocia la reducción de la jornada laboral al modelo del Stakhanovismo, hiper eficiente y con la mente siempre puesta en el trabajo, en contraposición a un entorno más agradable, relajado, propicio para charlar junto a la máquina de café, de amistades y apoyo social. De hecho, la campaña 4-Day Week Global, que ha organizado programas piloto en todo el mundo, ha registrado el principio «100:80:100» (100 % de salario, 80 % de tiempo, 100 % de productividad). Afirman: «Es fundamental mantener la producción para implementar con éxito la semana laboral de cuatro días».¹

No hemos escapado del problema cultural identificado por la antropóloga ambiental Marie-Monique Franssen: «Glorificamos a quienes son ultraproductivos y ultraactivos». Y, como ella señala, esto nos está enfermando, además de contribuir a destrozar el planeta.

Desde una perspectiva poscrecimiento, podemos responder a esta versión productivista de la semana laboral de cuatro días con las palabras de J. Alfred Prufrock, de T. S. Elliot: «Eso no es lo que quería decir en absoluto». Una de las figuras destacadas del movimiento del decrecimiento, Jason Hickel, explica en *Less is More: How Degrowth Will Save the World* (Menos es Más: Cómo el Decrecimiento Salvará el Mundo) que «en lo que respecta al capital, el objetivo de aumentar la producción no es principalmente satisfacer necesidades humanas específicas o mejorar los resultados sociales. Más bien, el propósito es extraer y acumular una cantidad cada vez mayor de beneficios. Ese es el objetivo primordial... todas las industrias, todos los sectores, todas las economías nacionales deben crecer, constantemente, sin

Llevo mucho tiempo defendiendo que esta es una compensación que los políticos debemos ofrecer en un mundo poscrecimiento: menos cosas en la vida, pero más vida.

un punto final identificable». » Y dado que la intensidad de carbono (y otros daños medioambientales) del crecimiento pueden reducirse, pero los dos factores no pueden desacoplarse, como demostró Tim Jackson en *Prosperity Without Growth*, el aumento de la productividad es más de lo que el planeta puede soportar. O,

volviendo a Hickel: «el «crecimiento verde» no es una cosa».

Es hora de la RBU

Pero, ¿significa eso que el poscrecimiento y la semana laboral de cuatro o tres días no pueden ir de la mano? Evidentemente, no. La semana de 40 horas ha caducado, como se evidencia en el Reino Unido, donde las largas jornadas laborales (y los tiempos de desplazamiento) están relacionados con la mala salud pública y el bienestar.

La reducción de la jornada laboral es un objetivo público, muy «vendible» desde el punto de vista político. Nadie se acuesta en su lecho de muerte y se lamenta: «Ojalá hubiera pasado más tiempo en la oficina». De hecho, llevo mucho tiempo defendiendo que esta es una compensación que los políticos debemos ofrecer en un mundo poscrecimiento: menos cosas en la vida, pero más vida. ¿No podríamos decir que, en lugar de perseguir el crecimiento del PIB, perseguiéramos la reducción de las horas de trabajo? Una reducción de, digamos, 15 minutos cada año en la semana

¹ Mi primer jefe, el querido y ya fallecido Barry Clarke, del periódico Cootamundra Herald en Australia hace 35 años, solía insistir en que todo el mundo dejara sus herramientas para tomar un té juntos por la mañana y que no se hablara de trabajo durante ese tiempo. Esto ayudó a convertir el lugar de trabajo en una comunidad para una mezcla heterogénea de personal de oficina, imprenta y periodismo. Si aún existiera hoy en día, ¿cumpliría con la regla del 100:80:100? ↩

laboral estándar significaría ganar una hora extra por semana cada cuatro años para hacer lo que te gusta, o para hacer política, para «trabajar» con otros en la remodelación de tu comunidad y sociedad para que se adapte a los límites físicos de este frágil planeta, al tiempo que se atienden las necesidades humanas . (Sí, se podría llamar economía del donut).

Quizás tengamos que abordar esto desde el otro extremo, analizando dónde reside el poder, quién decide cómo es el trabajo remunerado y quién participa en él y durante cuánto tiempo. Tenemos poblaciones que envejecen en el Norte Global (y cada vez más en el Sur Global), que se encaminan hacia —o ya están viendo— una disminución del número de personas en «edad de trabajar», por mucho que se amplíe. El Reino Unido es solo un caso extremo entre los gobiernos que buscan que más personas trabajen durante más tiempo. Casi todo el mundo no tiene más remedio que «conseguir un trabajo», independientemente de lo enfermo que esté o de la carga que suponga el cuidado de otras personas.

¿Y si hubiera otra opción? ¿Y si existiera una renta básica universal (RBU), un pago garantizado como derecho una vez que se es aceptado como miembro de la sociedad, que fuera suficiente para satisfacer las necesidades básicas? Entonces nadie podría decirte «consigue un trabajo, cualquier trabajo», con la amenaza de la penuria si te niegas a cumplir.

Eso no significa —por citar una respuesta clásica y visceral de la derecha— que mucha gente optaría por quedarse en el sofá. Ese no fue el resultado de la prueba piloto de la RBU, realizada en Manitoba (Canadá) en la década de 1970, donde se mantuvieron los niveles de empleo a pesar de que más jóvenes prolongaron sus estudios. Más recientemente, el ensayo de la RBU en Finlandia ha añadido más pruebas al hecho de que las personas que ahora están excluidas del mercado laboral por la pobreza y la mala salud, cuando se les da la oportunidad de gastar dinero, energía y tiempo en prepararse para el trabajo, son más propensas a encontrar empleo o a trabajar más horas.

Malos poetas, ciudadanos libres

Una vez más, te preguntarás cómo encaja esto con el poscrecimiento.

Bueno, los beneficios de la RBU se están midiendo actualmente en un mundo en el que se trabaja cinco días a la semana, en el que los ensayos de renta básica tienen una duración limitada (su principal defecto a la hora de comprender todos los beneficios potenciales) y en el que se valora el «trabajo a tiempo completo». Esto no quiere decir que haya ninguna duda de que el trabajo remunerado tiene efectos positivos más allá de los económicos. Pero no tiene por qué ser mucho trabajo remunerado. Un estudio fascinante e importante descubrió que la «dosis» mínima de trabajo necesaria para obtener los máximos beneficios para la salud y el bienestar era de ocho horas semanales.²

Cuando me preguntan por los inconvenientes de una sociedad con RBU, respondo que se escribirían muchos poemas malos. Esto apunta a otra cuestión que habría que abordar, incluso en una sociedad con RBU y una semana laboral de tres días como norma. Se trata de la idea profundamente arraigada de que el tiempo debe utilizarse de forma productiva, incluso cuando no hay remuneración. Aprender un idioma, desarrollar una actividad secundaria (cuando hablo con la gente hoy en día sobre la semana de tres días, a menudo plantean esta cuestión: tener varios trabajos es tan esencial para su supervivencia hoy en día que les resulta difícil imaginar una vida sin ellos), leer un libro que les ayude a mejorar. En un mundo en el que competir para salir adelante se considera un esfuerzo necesario en cada momento del

² Cuando hablamos de poscrecimiento, nos referimos, por supuesto, al Norte Global, donde las naciones consumen colectivamente entre cinco ([Estados Unidos](#)) y tres veces ([Reino Unido](#) y [Europa](#)) su parte de los recursos del planeta cada año. En el Sur Global, los resultados de la RBU, como el aumento de la productividad (según muestra un [amplio estudio realizado en Kenia](#)), pueden contribuir positivamente a satisfacer las necesidades de la sociedad. ➔

día, muchos niños se crían en este marco desde sus primeros días. El individuo es un producto que debe mejorarse constantemente, en última instancia con el fin de conseguir un trabajo remunerado (quizás mejor remunerado).

Esto es en gran medida un artefacto de la ética laboral posindustrial del siglo XXI, como la ha denominado James A. Chamberlain. Sin embargo, ya en 1930, Keynes pensaba que uno de los problemas de la semana laboral de 15 horas sería que la gente no sabría qué hacer con todo ese tiempo «libre». ¿Es de extrañar, sin embargo, cuando, como señala Kathi Weeks en *The Problem with Work Feminism, Marxism, Antiwork Politics, and Postwork Imaginaries*, la «exitosa» crianza de los hijos, la escolarización, el tratamiento médico, los sistemas de bienestar y los sistemas de justicia penal se juzgan en función de si sus productos están «listos para el trabajo»? El trabajo remunerado «no solo es el mecanismo principal por el que se distribuyen los ingresos, sino también el medio básico por el que se asigna el estatus», y «a menudo es la fuente más importante, si no la única, de socialidad para millones de personas».

Sin embargo, esta no ha sido la realidad de la vida humana durante la mayor parte de la historia de la humanidad. Al

Fue el capitalismo, combinado con la ética protestante del trabajo, lo que robó a las mujeres y a los hombres trabajadores su tiempo, su energía y otras fuentes de identidad.

parecer, las sociedades de cazadores-recolectores solían trabajar una media de tres horas al día; los campesinos medievales europeos disfrutaban de cuatro o cinco meses de vacaciones al año, lo que compensaba con creces las semanas de seis días (con jornadas no más largas que las actuales). Fue

el capitalismo, combinado con la ética protestante del trabajo, lo que robó a las mujeres y a los hombres trabajadores su tiempo, su energía y otras fuentes de identidad.

Por lo tanto, si pensamos en el tiempo y el poscrecimiento juntos, liberar nuestros cuerpos de las exigencias de los jefes y nuestras mentes de la ética laboral desbocada son compañeros esenciales. Eso significa dejar de competir entre nosotros, ser, vivir, prosperar.

Vínculos relacionados:

- La Alianza Global Jus Semper
 - John Bellamy Foster: [Decrecimiento Planificado: Ecosocialismo y Desarrollo Humano Sostenible](#)
 - Jason Hickel / Dylan Sullivan: [¿Cuánto crecimiento se necesita para lograr una buena vida para todos?](#)
 - Jason Hickel – Suzanne Kröger: [Si la Política Climática No Es Social, Fracasa](#)
 - Jason Hickel: [El Decrecimiento es una Cuestión de Justicia Global](#)
 - Álvaro de Regil Castilla: [La Insoportable Falta de Conciencia de Nuestra Crisis Ecológica Existencial](#)
 - Álvaro de Regil Castilla: [Transitando a Geocracia: Paradigma de la Gente y el Planeta y No el Mercado — Primeros Pasos](#)
 - Álvaro de Regil Castilla: [Los Delirios Fraudulentos del Capitalismo Verde](#)
 - Jorge Pinto: [¿Es el Decrecimiento el Futuro?](#)
 - Asier Arias: [¿Crisis o colapso? Extralimitación y decrecimiento](#)
 - Miriam Lang: [Decrecimiento – ¿Inadecuado para el Sur Global?](#)
-

❖ **Acerca de Jus Semper:** La Alianza Global Jus Semper aspira a contribuir a alcanzar un etos sostenible de justicia social en el mundo, donde todas las comunidades vivan en ámbitos verdaderamente democráticos que brinden el pleno disfrute de los derechos humanos y de normas de vida sostenibles conforme a la dignidad humana. Para ello, coadyuva a la liberalización de las instituciones democráticas de la sociedad que han sido secuestradas por los dueños del mercado. Con ese propósito, se dedica a la investigación y análisis para provocar la toma de conciencia y el pensamiento crítico que generen las ideas para la visión transformadora que dé forma al paradigma verdaderamente democrático y sostenible de la Gente y el Planeta y NO del mercado.

❖ **Acerca de la autora: Natalie Bennett** es miembro del Partido Verde en la Cámara de los Lores del Reino Unido. Fue líder del Partido Verde de Inglaterra y Gales entre 2012 y 2016. Anteriormente, trabajó durante 20 años como periodista, entre otros medios, en el Bangkok Post, The Times y como editora del Guardian Weekly. Su libro *Change Everything: How We Can Rethink, Repair and Rebuild Society* ([Cambiarlo Todo: Cómo Podemos Repensar, Reparar y Reconstruir la Sociedad](#)) fue publicado por Unbound en 2024.



❖ **Acerca de este trabajo:** “Trabajar menos, y no de forma más inteligente” fue originalmente publicado en inglés por [Green European Journal](#) en agosto de 2024. Este breviario ha sido publicado bajo Creative Commons, CC-BY-NC 4.0. Se puede reproducir el material para uso no comercial, [acreditando al autor y proporcionando un enlace al editor original](#).

❖ **Cite este trabajo como:** Natalie Bennett — Trabajar menos, y no de forma más inteligente – La Alianza Global Jus Semper, diciembre de 2025.

❖ **Etiquetas:** capitalismo, democracia, economía, ecología, cambio climático, poscrecimiento, renta básica universal, bienestar, necesidades humanas, tiempo de trabajo.

❖ La responsabilidad por las opiniones expresadas en los trabajos firmados descansa exclusivamente en su(s) autor(es), y su publicación no representa un respaldo por parte de La Alianza Global Jus Semper a dichas opiniones.



Bajo licencia de Creative Commons Reconocimiento 4.0 Internacional.
<https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/deed.es>

© 2025. La Alianza Global Jus Semper
Portal en red: https://www.jussemper.org/Inicio/Index_castellano.html