



Sara Zarzoso

Redacción E&J



Ana Belén Ruiz: “La jornada de treinta y dos horas debería ser un derecho fundamental”

Durante la jornada de hoy, 23 de noviembre, está desarrollándose en la sede central de la [Unión General de Trabajadores](#), en Madrid, la **X Jornada Confederal. Representación y Libertad Sindical**, esta vez bajo el nombre *¿Hacia una semana laboral de cuatro días?*

En el marco de las intervenciones programadas, **Ana Belén Muñoz Ruiz, profesora titular de Derecho del Trabajo** en la Universidad Carlos III, ha expuesto los efectos que puede tener sobre la salud de los trabajadores la implantación de una jornada de treinta y dos horas semanas.

“La jornada de treinta y dos horas puede mejorar sustancialmente las condiciones laborales de las personas trabajadoras, incluyendo tanto su bienestar laboral como su salud. Es más, considero que debería ser un derecho fundamental, pero la experiencia del teletrabajo me hace ver que **falta un gran impulso por parte del empresario que deje clara las reglas**”, argumenta.

Durante su intervención, Muñoz ha profundizado en **las diferentes causas y consecuencias que tiene en la salud de las personas el exceso de horas de trabajo**. Una cuestión que para ella es más habitual de lo que parece y que ha supuesto un impacto tal que “incluso **hemos llegado a ver muertes de personas que no podían más ni física ni mentalmente** y se han termi ...

[SUSCRÍBETE >](#)[para una conversión completa a PDF |](#)