

ESPAÑA EFICIENTE

POLICY BRIEF | REFORMA LABORAL

Opción 2: Jornada Continua Adaptada — Con Régimen Flexible de Descanso

No todos los trabajos son iguales. No todas las jornadas pueden ser iguales.

La jornada continua es la mas eficiente para quienes trabajan con el cuerpo, al aire libre o en sectores de alta actividad física.

Flexible en el computo del descanso. Adaptable a cada convenio. Dentro de la ley siempre.

1. Resumen Ejecutivo

La jornada continua adaptada es la segunda opción del modelo de jornada de España Eficiente, pensada específicamente para construcción, industria, agricultura, transporte y sectores donde la actividad física sostenida, el trabajo al aire libre o la exposición al calor hacen ineficiente o incluso peligrosa la jornada partida tradicional. El modelo se articula en dos horarios según la época del año (verano e invierno) y reconoce expresamente dos regímenes posibles para el computo del descanso diario, conforme a la legislación vigente y a lo que establezca cada convenio colectivo. La propuesta no entra en conflicto con ningún convenio existente: se adapta a la realidad de cada empresa y sector, respetando el marco legal y promoviendo el acuerdo entre empresa y trabajadores como instrumento preferente.

2. Los Horarios de la Jornada Continua

2.1 Horario de verano

Concepto	Opción A (descanso no computable)	Opción B (descanso computable)
Entrada	07:00	07:00
Descanso	20 minutos (no cuenta como trabajo)	20 minutos (cuenta como trabajo)
Salida	15:20	15:00
Horas efectivas de trabajo	40 h semanales	40 h semanales (incluye descanso)
Permanencia en centro	41 h 40 min semanales	40 h semanales
Tarde libre desde	15:20	15:00

2.2 Horario del resto del año

Concepto	Opción A (descanso no computable)	Opción B (descanso computable)
Variante A — Entrada	08:00	08:00
Variante A — Salida	16:20	16:00
Variante B — Entrada	08:30	08:30
Variante B — Salida	16:50	16:30
Descanso	20 minutos (no cuenta como trabajo)	20 minutos (cuenta como trabajo)
Horas efectivas de trabajo	40 h semanales	40 h semanales (incluye descanso)
Tarde libre desde	16:20 / 16:50	16:00 / 16:30

3. El Régimen de Descanso: Redacción Oficial E2

Esta es la redacción propuesta por España Eficiente para el tratamiento del descanso diario, compatible con la legislación vigente y adaptable a cualquier convenio colectivo:

Con carácter general, la jornada propuesta contempla 40 horas efectivas de trabajo semanales.

Cuando el descanso no compute como tiempo de trabajo conforme a la legislación o al convenio colectivo, la permanencia en el centro de trabajo se ajustara en consecuencia.

Cuando el convenio establezca que dicho descanso si computa como tiempo de trabajo, no será necesario ampliar la permanencia.

Esta redacción transmite un principio clave de España Eficiente: el modelo es flexible, no una regla rígida, y respeta el marco legal existente adaptándose a los distintos convenios colectivos.

3.1 Clausula de descansos (texto normativo propuesto)

Descansos durante la jornada

Como norma general, cuando el descanso diario no tenga la consideración de tiempo de trabajo efectivo conforme a la legislación vigente, al convenio colectivo o al acuerdo entre empresa y trabajadores, la permanencia en el centro de trabajo se ajustara para garantizar el cumplimiento de la jornada efectiva pactada.

No obstante, las empresas y los trabajadores podrán acordar un régimen diferente, siempre que se respete la normativa laboral aplicable y el convenio colectivo correspondiente.

De este modo, podrán establecerse, entre otras posibilidades:

- Que el descanso compute como tiempo efectivo de trabajo.
- Que el descanso no compute y se recupere al finalizar la jornada.
- Cualquier otra formula permitida por la legislación vigente.

4. El Principio E2 de Organización de la Jornada

La organización de la jornada debe regirse por la flexibilidad, el dialogo y el acuerdo entre empresa y trabajadores, evitando soluciones únicas para realidades laborales diferentes.

El marco legal establece las reglas generales; dentro de el, la negociación y el consenso deben ser la herramienta preferente para adaptar la jornada a las necesidades de cada sector.

La mejor jornada laboral no es la misma para todos. Es aquella que consigue el mejor equilibrio entre productividad, seguridad, conciliación y viabilidad económica.

5. Para Quien Esta Indicada

Sector	Por que es especialmente adecuada
Construcción y obra	Evita el calor del mediodía en verano. Reduce el riesgo de golpe de calor y accidentes por fatiga térmica. Mayor eficiencia en horas de máxima productividad física.
Industria y fabricación	Menos interrupciones mejora el ritmo de producción. Menos tiempos muertos. Mayor concentración en líneas de producción.
Agricultura y sector primario	Compatible con condiciones climáticas. Permite acabar antes del calor intenso. Adaptable a picos estacionales.
Transporte y logística	Sincronización con horarios de carga y descarga. Menos congestión al comenzar antes.
Mantenimiento e instalaciones	Acceso a instalaciones antes de plena actividad. Mayor comodidad para trabajos técnicos.
Sectores con pocos tiempos muertos	Cualquier actividad donde la continuidad es mas productiva que las interrupciones largas de mediodía.

6. Ventajas del Modelo

6.1 Para el trabajador

- Tarde libre completa desde las 15:00, 16:00 o 16:30 según el horario y el régimen de descanso aplicable.
- Menor gasto diario: sin comida fuera de casa en la mayoría de los casos.
- Menos desplazamientos: un viaje de ida y uno de vuelta en lugar de cuatro diarios.
- Mayor productividad continua: sin interrupción larga que rompe el ritmo de trabajo.
- Menor exposición al calor en verano con el horario 07:00-15:00/15:20.
- Mejor conciliación familiar: llegar a casa antes permite recoger a los hijos, hacer deporte o gestionar tramites.

6.2 Para la empresa

- Mayor productividad por hora: la concentración sostenida en la mañana es mas eficiente que la jornada partida.
- Menor absentismo: mejor conciliación reduce las ausencias por estrés y problemas personales.
- Reducción de accidentes laborales en verano: menos exposición al calor reduce el riesgo.
- Menor coste de instalaciones: menos horas de funcionamiento de oficinas y comedores.
- Implementación sin cambio legal: mediante acuerdo de empresa o convenio colectivo.

7. Comparativa con la Opción 1

Dimensión	Opción 1: Jornada Partida	Opción 2: Jornada Continua
Horario tipo	08:00-13:00 + 14:00-17:30 (L-J), 08:00-14:00 (V)	07:00-15:00/15:20 (verano) o 08:00-16:00/16:20 (resto)
Horas efectivas	40 horas exactas	40 horas efectivas
Pausa al mediodía	1 hora (comida completa)	20 minutos (pausa corta)
Tarde libre	Viernes desde las 14:00	Todos los días desde las 15:00-16:50 según caso
Sectores ideales	Oficinas, servicios, administración, tecnología	Construcción, industria, agricultura, transporte
Desplazamientos diarios	4 (ida y vuelta mañana y tarde)	2 (ida y vuelta)
Gasto diario	Mayor (comida fuera habitual)	Menor (sin comida fuera en muchos casos)

Ninguna opción es mejor en términos absolutos.

La Opción 1 es ideal para quien trabaja en oficina. La Opción 2 es ideal para quien trabaja con el cuerpo.

España Eficiente ofrece las dos y deja que cada sector y empresa elija la que mejor se adapta a su realidad.

8. Base Legal

Elemento	Marco legal
Jornada máxima de 40 horas semanales	Art. 34 ET. La jornada continua es compatible con el límite legal vigente.
Derecho a pausa en jornadas superiores a 6 horas	Art. 34.4 ET. Pausa de al menos 15 minutos. El modelo propone 20 minutos.
Computo del descanso según convenio	Art. 34.4 ET. El convenio puede establecer si el descanso computa o no como tiempo efectivo.
Distribución flexible de la jornada	Art. 34.2 ET. Permite acuerdos de distribución mediante convenio o acuerdo de empresa.
Prevención de riesgos por calor	Ley 31/1995 LPRL. RD 486/1997. El horario de verano es medida preventiva reconocida.
Negociación colectiva como instrumento	Art. 37 CE. ET Arts. 82-92. Los convenios sectoriales pueden adoptar este modelo.

9. Conclusión

Un programador en una oficina climatizada a 38 grados al mediodía no tiene el mismo problema que un albañil en un andamio.

Sus jornadas no pueden ser iguales. Ni deberían serlo.

La jornada continua adaptada ofrece mas tiempo libre, menos gasto y menos riesgo laboral.

Con un régimen de descanso flexible que se adapta a cada convenio sin conflicto legal.

La mejor jornada laboral no es la misma para todos.

Es aquella que consigue el mejor equilibrio entre productividad, seguridad, conciliación y viabilidad económica.

Este Policy Brief complementa la Opción 1 de Jornada Laboral de España Eficiente.

Relacionado con: Bloque Fiscal | Plan +50 | Autónomos | Soberanía Alimentaria | Sindicatos y Patronal.

España Eficiente | Modelo completo de reforma fiscal, laboral y social

Documento de trabajo. Todos los derechos reservados.