

There are no translations available.

Circular 2593-Bis-2024

Transcribimos a ustedes un artículo muy interesante respectó a Ley Silla y sus propósitos.

El artículo fue escrito por la Redacción, el 23 de febrero del 2024, publicado en el diario “El Economista”.

Ley silla: ¿En qué consiste la reforma?

Propósito:

Garantizar el derecho al descanso en una silla con respaldo para quienes trabajan todo su turno de pie.

Obligaciones:

Los patrones deberán proveer mobiliario adecuado, reconocer los periodos de descanso en sus reglamentos y no forzar a trabajar de pie todo el turno.

Repercusiones de salud:

Trabajar de pie sin descanso puede ocasionar: Fatiga, insuficiencia venosa, tendinitis, varices, lesiones en las rodillas, dolores musculares, hemorroides, lumbalgia y fascitis plantar.

Sanciones: El incumplimiento contempla multas de entre 5,400 y los 543,000 pesos.

El **Senado de México** aprobó por unanimidad la [llamada "Ley Silla"](#) para regular el trabajo de pie durante largas jornadas.

Esta ley establece que las personas trabajadoras deben contar con sillas con respaldo para su descanso durante la jornada laboral, o bien, realizar descansos periódicos cuando sus funciones solo pueden hacerse de pie.

El derecho al descanso debe estar garantizado en las legislaciones laborales, en línea con lo establecido por la OIT (**Organización Internacional del Trabajo**): “Si un trabajo debe realizarse de pie, el empleador tiene la obligación de proporcionar una silla para sentarse a intervalos regulares. También indica que el suelo debe estar limpio, nivelado y no ser resbaladizo. Además, es necesario que los trabajadores utilicen calzado adecuado y con soporte para el arco”.

El objetivo de la reforma a la **Ley Federal del Trabajo** (LFT) es evitar riesgos a la salud asociados a trabajar de pie durante tiempos prolongados.

“Unámonos más que nunca en un Gran Acuerdo Por México”