



## Dirección de Promoción e Información

---

### Boletín de prensa 01/2025

Ciudad de México, a 1 de enero de 2025.

#### **LA CONOCIDA COMO LEY SILLA, UNA CONTRIBUCIÓN PARA GARANTIZAR CONDICIONES LABORALES MÁS DIGNAS**

De acuerdo con la Organización Internacional del Trabajo (OIT), en México las personas laboran en promedio 43.7 horas semanales. En sectores como el industrial, obrero, hotelero, restaurantero, de seguridad privada o en tiendas departamentales, estas horas suelen transcurrir de pie, lo que puede ocasionar problemas graves de salud física, como fatiga muscular, dolores crónicos en piernas y espalda, así como várices o trastornos circulatorios.

Ante este escenario, el 19 de diciembre en el Diario Oficial de la Federación (DOF) se publicaron diversas reformas a la Ley Federal del Trabajo destinadas a garantizar condiciones laborales más dignas para las personas trabajadoras. La principal modificación obliga a las personas empleadoras a proporcionar un número suficiente de sillas con respaldo, estratégicamente colocadas y accesibles, para el uso de las personas trabajadoras. Además, relaciona su uso con el derecho al descanso dentro de la jornada laboral lo que contribuye a elevar el estándar de protección de las personas en materia de seguridad e higiene en el trabajo.

El decreto entrará en vigor 180 días después de su publicación, lo que significa que, para junio de 2025, las empresas y centros de trabajo tendrán que realizar los ajustes necesarios para cumplir con la normativa y poner a disposición de las personas trabajadoras las sillas con respaldo. Además, la Secretaría del Trabajo y Previsión Social (STPS) tiene como fecha límite el 19 de enero para emitir normas específicas que regulen los factores de riesgo

asociados con las condiciones laborales. Estas normas deben alinearse con los estándares de protección establecidos en las leyes nacionales e internacionales.

La Comisión de Derechos Humanos de la Ciudad de México (CDHCM) celebra la publicación de dicha reforma pues la misma se encuentra alineada a estándares para garantizar un trabajo digno contenidos tanto en la Observación General Núm. 23 del Comité de Derechos Económicos, Sociales y Culturales sobre el derecho a condiciones de trabajo equitativas y satisfactorias (2016), como a lo establecido por la OIT, en los que se reconoce el derecho al descanso dentro de las jornadas laborales para garantizar la seguridad y salud de las personas trabajadoras.

En ese sentido, se reconoce que las modificaciones impactan positivamente en la salud y el bienestar de las personas trabajadoras al reducir los riesgos asociados con largas horas de pie, mejorando su calidad de vida y, por otro lado, fomentan una mayor productividad al proporcionar condiciones más dignas para realizar el trabajo, lo que además contribuye a reducir el ausentismo derivado de enfermedades relacionadas con malas condiciones laborales.

Durante el último año, la CDHCM ha implementado la Ley Silla con el objetivo de garantizar la disponibilidad de asientos adecuados para todas las personas trabajadoras, especialmente para quienes realizan labores de seguridad o limpieza. En ese sentido, esta reforma representa un avance significativo para la protección de los derechos laborales y el bienestar de las personas al promover la dignificación del trabajo y fortalece la cultura de respeto a los derechos laborales en todo el país con el propósito de garantizar pausas y espacios adecuados para el descanso.