



Impulsan iniciativa que obliga a patrones permitir a trabajadores pausas activas para combatir el sedentarismo



La diputada Amancay González Franco (MC) propuso reformar la Ley Federal del Trabajo, a fin de que sea obligación de los patrones permitir la realización de pausas activas, que son breves interrupciones de la actividad laboral destinadas a realizar movimientos físicos o ejercicios de relajación.

Señala que lo anterior posibilitará a todas las personas trabajadoras que desempeñan funciones que requieran largos periodos de permanecer estáticos en un solo lugar, realizar actividad física para combatir los efectos del sedentarismo, como es el caso de oficinistas, guardias de seguridad, choferes y otros trabajadores cuyas obligaciones sean análogas.

La misma disposición se observará en los establecimientos industriales cuando lo permita la naturaleza del trabajo, precisa.

Las modificaciones a los artículos 132, 133 y 423 de dicha ley precisan que las pausas activas deberán tener como mínimo una duración de 40 minutos por jornada laboral, distribuidos en dos pausas activas de 20 minutos cada una, así como garantizar espacios adecuados.

Asimismo, establecen que queda prohibido a los patrones o sus representantes impedir que las personas trabajadoras disfruten de las pausas activas. El reglamento contendrá los tiempos y formas en que las personas trabajadoras tendrán acceso a dichas pausas en caso de que la actividad que realicen requiera de largos periodos de inmovilidad y sedentarismo.