



## LILIA AGUILAR GIL

### Ley Silla, otro derecho ganado

A veces las cosas más elementales, básicas o “evidentes”, realmente no lo son. Y no nos damos cuenta hasta que se nombra o se señala el hecho. Es el caso de la materia de la popularizada “Ley Silla” que acabamos de aprobar en la Cámara de Diputados. Y es que es una cuestión hasta de salud, porque es un hecho que permanecer más de ocho horas de pie tiene consecuencias, como el hacer más propensas a estas personas a un infarto cardiaco o a sufrir un derrame cerebral, sin embargo, esto fue ignorado, hasta hoy.

Cuando hemos ido a tiendas departamentales, todas y todos hemos visto a quienes se encargan de atendernos, hombres y mujeres, todo el tiempo de pie, no sólo el que permanecemos ahí, sino todo el día, con jornadas de 8 a 12 horas, esta ley va dirigida entonces, principalmente a centros de trabajo en el sector de servicios, comercio y análogos.

La ley que aprobamos y que pasará al Senado establece la obligación de los patrones a proveer el número suficiente de asientos o sillas con respaldo a disposición de todas las personas trabajadoras en los sectores de servicios, comercio y centros de trabajo análogos, para la ejecución de sus funciones o para el descanso periódico durante la jornada laboral.

Y no sólo eso, en el caso de descansos periódicos, los asientos o sillas con respaldo deberán estar ubicados en áreas específicas designadas en las mismas instalaciones del lugar de trabajo. De igual forma, también se prohíbe que las personas empleadoras obliguen a las personas trabajadoras a permanecer de pie durante la totalidad de la jornada laboral o tomar asiento periódicamente durante el desarrollo de sus funciones.



También, se proyecta incluir en el reglamento interior del centro de trabajo que los periodos de reposo durante la jornada laboral son obligatorios, así como las normas que regulen el derecho de las personas trabajadoras a usar los asientos o sillas con respaldo.

Estoy segura de que al leer las modificaciones, a todas y todos nos parecen de lo más lógico, elementales, tanto, que quizás legislar sobre el tema sea “ocioso”, sin embargo, justamente la norma se da porque existen jefes que siguen creyendo que sentarse da “mala imagen” a sus empresas, sin importar los riesgos a la salud de permanecer de pie por largos periodos.

En términos médicos, la bipedestación prolongada produce dolores lumbares, hinchazón de piernas, várices, problemas cardiovasculares, fatiga, malestar general, rigidez de cuello y hombros, y daños a la salud en el caso de personas embarazadas.

En cuanto el Senado la discuta y apruebe, se tiene un límite de 180 días para que los centros laborales adapten lo necesario para que en ese término no haya pretextos y se cumpla con lo que señala la norma.

Los derechos laborales han ido modificándose de acuerdo con las circunstancias y el entorno, el Covid-19 fue una muestra contundente de esto. En México no estamos a la vanguardia precisamente, pues esta ley en particular lleva casi un siglo siendo norma en países como España, Chile o Argentina, sin embargo, para esta etapa del segundo piso de la Cuarta Transformación ésa será una de las máximas, los derechos.

Maestra en Administración Pública, Diputada del PT por el III Distrito Federal.

[liliaaguilargil@gmail.com](mailto:liliaaguilargil@gmail.com)