

# LEY SILLA: SE PUBLICAN DISPOSICIONES REGLAMENTARIAS PARA GARANTIZAR EL DERECHO AL DESCANSO EN BIPEDESTACIÓN

JULIO 2025

## Resumen Ejecutivo:

- El 17 de julio de 2025, la Secretaría del Trabajo y Previsión Social publicó en el Diario Oficial de la Federación las *Disposiciones sobre los factores de riesgos de trabajo para garantizar el derecho al descanso durante la jornada laboral de las personas trabajadoras en bipedestación (Disposiciones)*.
- Su objetivo es establecer los requisitos para que las personas empleadoras provean el número suficiente y tipo de asientos o sillas con respaldo adecuados para las personas trabajadoras que realizan sus actividades en bipedestación y así reducir los riesgos derivados de permanecer de pie durante periodos prolongados.
- A pesar de que las Disposiciones entran en vigor a partir de la fecha de su publicación, conforme al *Decreto por el que se reformaron los artículos 132, 133, 422 y 423 de la Ley Federal del Trabajo*, conocido como “Ley Silla” las personas empleadoras o empresas cuentan hasta el 14 de diciembre de 2025 para adecuar su normativa interna para dar cumplimiento a lo establecido en la fracción V del artículo 132 de la Ley Federal del Trabajo, por lo que estas disposiciones no serán exigibles hasta dicha fecha.

En línea con la entrada en vigor de la Ley Silla, la Secretaría del Trabajo y Previsión Social (STPS) publicó el 17 de junio de 2025, en el Diario Oficial de la Federación las Disposiciones sobre los factores de riesgos de trabajo para garantizar el derecho al descanso durante la jornada laboral de las personas trabajadoras en bipedestación (Disposiciones), con el objeto de establecer los requisitos para que las personas empleadoras provean el número suficiente y tipo de asientos o sillas con respaldo adecuados para las personas trabajadoras que realizan sus actividades en bipedestación y así reducir los riesgos derivados de permanecer de pie durante periodos prolongados.

Las Disposiciones imponen las siguientes obligaciones a las personas empleadoras:

- a) Realizar un análisis de riesgos e integrarlo al diagnóstico o programa de seguridad y salud en el trabajo, o a las acciones preventivas y correctivas correspondientes.
- b) Asentar en las actas de los recorridos de verificación de la comisión de seguridad e higiene los riesgos detectados para cada una de las personas trabajadoras que permanecen de pie durante su jornada, así como las medidas preventivas a aplicar.

c) Determinar el nivel de riesgo al que está expuesta cada persona trabajadora mediante el procedimiento de puntaje previsto en las Disposiciones.

d) Proveer el tipo de asiento o silla con respaldo más adecuado: **banco alto o tipo perchero**: si se requiere estar de pie con apoyo ocasional; **silla alta con respaldo medio**: para alternar posturas; **silla ergonómica ajustable**: si la tarea se puede hacer sentado; o **reposapiés**: si la altura del asiento lo requiere.

e) Informar a las personas trabajadoras sobre los riesgos a los que se exponen y las medidas de prevención implementadas en el centro de trabajo.

f) Señalar las áreas donde se ubiquen asientos o sillas con respaldo cuando estas sean diferentes al lugar de trabajo.

g) Canalizar a las personas trabajadoras expuestas a bipedestación para atención médica, cuando haya síntomas de molestias o afectación que puedan estar relacionados con su postura.

Asimismo, las personas empleadoras deberán considerar, entre otras medidas preventivas (técnico-administrativas) para evitar riesgos de trabajo, las siguientes:

Diseñar o adecuar estaciones de trabajo para permitir la incorporación de asientos o sillas con respaldo y el libre movimiento de extremidades y tronco.

- Alternar tareas que permitan el cambio de postura.
- Proporcionar calzado ergonómico para bipedestación.
- Acondicionar los pisos en el puesto de trabajo para tener una superficie amortiguada.
- Establecer un programa de pausas activas conforme al resultado del análisis de riesgo.

De igual manera las disposiciones imponen obligaciones a las personas trabajadoras respecto al uso de los asientos o sillas.

Las Disposiciones entran en vigor a partir de la fecha de su publicación, sin embargo conforme al Decreto por el que se reformaron los artículos 132, 133, 422 y 423 de la Ley Federal del Trabajo, conocido como "Ley Silla" las personas empleadoras cuentan hasta el 14 de diciembre de 2025 para adecuar su normativa interna para dar cumplimiento a lo establecido en la fracción V del artículo 132 de la Ley Federal del Trabajo, por lo que estas disposiciones no serán exigibles hasta dicha fecha.

Con motivo a lo expuesto, se exhorta a las personas empleadoras a evaluar los riesgos a los cuales las personas trabajadoras que permanecen de pie durante su jornada están expuestos a fin de determinar las acciones a realizar.

**Andrés Rodríguez**  
Socio  
arodriguez@s-s.mx

**Juan Carlos de la Vega**  
Socio  
jdelavegas-s.mx

**Francisco Udave**  
Socio  
fudave@s-s.mx