



Proyecto de Ley 421 de 2024 Cámara

“Por la cual se modifican los artículos 57, 59 y 167 del Código Sustantivo del Trabajo – Ley de la Silla –”

EL CONGRESO DE COLOMBIA,

DECRETA

Artículo 1º. Adiciónese el numeral 13 al artículo 57 del Código Sustantivo del Trabajo, así:

13. Proveer el número suficiente de asientos o sillas con respaldo a disposición de los trabajadores, tanto para la ejecución de sus funciones, cuando la actividad lo permita, como para los descansos periódicos durante la jornada laboral.

PARÁGRAFO. En caso de que el empleador, con arreglo a la ley, utilice las figuras de la tercerización laboral o la intermediación laboral será solidariamente responsable del cumplimiento de la presente obligación.

Artículo 2º. Adiciónese el numeral 10 al artículo 59 del Código Sustantivo del Trabajo, así:

10. Obligar a los trabajadores a permanecer de pie durante la jornada laboral, siempre y cuando las funciones puedan desempeñarse desde un asiento.

Artículo 3º. Modifíquese el artículo 167 del Código Sustantivo del Trabajo, el cual quedará así:

Artículo 167. Distribución de las horas de trabajo. Las horas de trabajo durante cada jornada deben distribuirse al menos en dos secciones, con un intermedio de descanso que se adapte racionalmente a la naturaleza del trabajo y a las

necesidades de los trabajadores. El tiempo de este descanso no se computa en la jornada.

En el transcurso de la jornada laboral deberá habilitarse un espacio cada 2 horas para que los trabajadores que, por la naturaleza de sus funciones solo puedan desempeñarlas de pie, puedan sentarse. La interrupción de la jornada por la terminación de las secciones de trabajo computa para efectos de la pausa para sentarse.

Estas pausas para sentarse, así como las pausas activas establecidas en la Ley 1355 de 2009, serán reglamentadas por el Ministerio de Salud y Protección Social. La reglamentación armonizará las pausas a las que hace referencia este artículo de manera que, según las funciones y las respectivas implicaciones en salud, todos los trabajadores cuenten con pausas ajustadas a sus necesidades en salud durante y como parte de la jornada laboral. El Ministerio de Salud y Protección Social deberá proferir la reglamentación hasta dentro de los 6 meses siguientes a la promulgación de esta ley.

Artículo 4º. Vigencia. La presente ley rige después de que pasen 2 meses desde su promulgación para efectos de que los empleadores puedan hacer los ajustes respectivos.

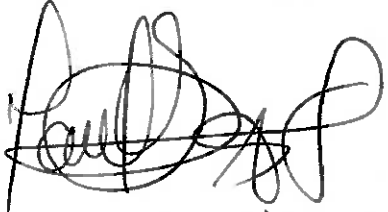
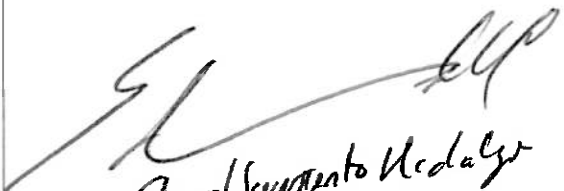
Del honorable Congreso de la República,

 <p>JORGE HERNÁN BASTIDAS ROSERO Representante a la Cámara</p>	 <p>MARY ANNE ANDREA PERDOMO Representante por Santander Pacto Histórico</p> <p>MARY ANNE ANDREA PERDOMO G. Representante a la Cámara</p>
 <p>ERMES EVELIO PETE VIVAS Representante a la Cámara</p>	 <p>CARMEN FELISA RAMÍREZ BOSCÁN Representante a la Cámara Circunscripción Internacional</p>
 <p>JUAN PABLO SALAZAR RIVERA Representante a la Cámara Circunscripción Especial de Paz N° 1</p>	 <p>MARÍA DEL MAR PIZARRO GARCÍA Representante a la Cámara de Bogotá</p>

*Karen María
Henrique
Aranda*

*THGV.
Pedro Suárez Vacca.
Diego Alejandro Toro
Alcandio Toro.*

 Liliana Rodríguez Partido Alianza Verde.	ELKIN ROSARIO VERDE (AVT),
 cr/rep # 17	 * Gabriel E. Parrado D, Representante Cámara Dpto. Meta - PH.
Sepalhuam Leyla H Rincón	 5 Cristóbal Cejudo

 <p>Martha L. Alfonso</p>	 <p>Eduard Sarmiento Medalla</p>

EXPOSICIÓN DE MOTIVOS

Descripción

La legislación laboral colombiana no ha advertido una obviedad, la gente que trabaja de pie necesita sentarse, especialmente luego de una o dos horas. Anatómica y biológicamente, el ser humano no es una especie habilitada para estar de pie durante largos periodos de tiempo. Sí podemos caminar muchas horas pero no estar de pie de manera estática más de dos o tres, el hacerlo genera fatiga y tensión muscular en espalda, cuello y piernas; disminuye el flujo de sangre, aumenta el riesgo de várices, daños articulares en tendones y ligamentos, especialmente en cadera, rodillas y pies, lo que luego de varios años puede originar desde trastornos reumáticos o deformaciones óseas hasta trastorno del sueño y problemas de salud mental.

No obstante las implicaciones que tiene el trabajar de pie, centenares de miles de personas laboran así en Colombia, lo hacen en jornadas que van desde 4 a 12 horas, muchas de ellas sin poder sentarse ni hacer pausas. Hablamos de trabajadores y trabajadoras de supermercados, comercios, tiendas de cadena, restaurantes, outlets, droguerías, almacenes de ropa, seguridad, logística, talleres de mecánica, industrias, hospitales, entre otros.

La ley de la Silla busca algo simple pero significativo, que las empresas con personas que trabajan de pie dispongan de sillas suficientes y adecuadas para que puedan sentarse haciendo pausas de algunos minutos. Asimismo, la ley también lograría que en los casos en que las personas puedan realizar su trabajo sentadas tengan el derecho de hacerlo.

Solo poder sentarse puede prevenir numerosas enfermedades, generar bienestar laboral, pero sobre todo dignifica el trabajo. Para las personas que trabajan de pie todo el tiempo una silla significa reconocimiento y dignidad.

No hay estudios sobre las personas que trabajan de pie en Colombia. Según el DANE, en enero de 2024 en total trabajaron 22 millones de personas. Entre ellas los sectores donde se pueden encontrar personas que trabajan de pie son:

Ramas de actividad	Millones de Personas ocupadas
Administración pública y defensa, educación y atención de la salud humana	2.418
Industrias manufactureras	2.385
Actividades artísticas, entretenimiento recreación y otras actividades de servicios	1.958
Construcción	1.454
Actividades inmobiliarias	284
Transporte y almacenamiento	1.671
Comercio	3.898
Alojamiento y servicios de comida	1.548

Fuente: elaboración propia con base en el Boletín del mercado laboral de enero de 2024 (DANE).

En tal sentido, esta iniciativa busca mejorar las condiciones de los trabajadores con el fin de prevenir enfermedades de origen profesional. Propone, por tanto, reformar el Código Sustantivo del Trabajo en los siguientes aspectos: i) reforma las obligaciones de los empleadores (art. 57) en el sentido de obligarlos a proveer sillas con respaldo para que los trabajadores puedan sentarse durante la ejecución de sus funciones, y cuando no fuere posible por la naturaleza de las funciones, lo hagan en pausas periódicas durante la jornada; a su vez, ii) reforma las prohibiciones que tienen los empleadores (art. 59) en el sentido de que proscriba la práctica relativa a mantener de pie a los trabajadores cuando sea posible que ejecuten sus funciones sentados; por último, iii) reforma la jornada laboral (art. 167) en el sentido de añadir a esta pausas, que pueden ser para sentarse o pausas activas, así como una

mezcla de ambas, de acuerdo a la reglamentación que expida el Ministerio de Salud y Protección Social.

La Ley de la Silla en el derecho comparado

Argentina

Argentina fue el primer país en la región en promulgar una 'Ley de la Silla'. En 1907, presionado por las luchas obreras, el Congreso de ese país aprobó una ley que obligaba al empleador a proveer de una silla o taburete con respaldo a sus empleados de todo rango¹. Alfredo Palacios, senador argentino que impulsó la Ley, señaló entonces que:

*"Los médicos e higienistas afirman -continúa Palacios-, que la permanencia de pie, durante muchas horas, determina trastornos orgánicos. La estación vertical prolongada, acentúa las enfermedades del bajo vientre, sobre todo de la matriz, provoca el aborto, produce perturbaciones en la circulación y trae como consecuencia la debilidad y la anemia. El estado congestivo de los órganos abdominales, obra principalmente sobre el útero, ocasionando desviaciones de consecuencias deplorables y el aflujo de la sangre a los miembros inferiores, trae enfermedades como las várices y flebitis. . ."*²

De esa manera, la 'Ley de la Silla' no es sólo un derecho de todos los trabajadores de la Argentina, sino que se trata de un hito de la participación femenina en la historia de ese país.

España

¹ Disponible en: <https://www.riesgolab.com/index.php/servicios/ergonomia-en-oficinas/item/955-ley-12-205-35-ley-de-la-silla>

² Ibid.

España fue el segundo país en tener una Ley de la Silla, fue impulsada en 1912 por la maestra y sindicalista católica María Echarri y Martínez, y *“fue una ley que en un principio solo afectaba a las mujeres. De acuerdo con la Real Academia de la Historia, su objetivo era regular las condiciones de trabajo de las mujeres en tiendas, talleres y comercios. Dicha ley establecía la obligación de dotar de un asiento a las trabajadoras, aunque hacía hincapié en un detalle: la debilidad del sexo femenino”*³. Mas tarde, en 2018, la Ley de 5 de julio de 2018 amplió los beneficios de la Ley de la silla a los hombres.

Chile

El 7 de diciembre de 1914 se promulgó la ley N° 2.951, conocida como la 'Ley de la Silla'. Esta ley obligaba y obliga hasta hoy a los empleadores de almacenes, bazares y tiendas a disponer de un número de sillas para los dependientes que prestaban servicios en tales establecimientos. Han transcurrido 120 años desde la vigencia de esta norma, que fue incorporada al Código del Trabajo de Chile (art. 193)⁴.

México

Actualmente cursa en el Congreso de México un proyecto de 'Ley de la Silla', impulsado por la senadora Patricia Mercado del Grupo Parlamentario Movimiento Ciudadano⁵. La iniciativa establece obligaciones y prohibiciones en cabeza de los empleadores para garantizar que los trabajadores puedan tomar asiento durante la jornada laboral.

Resulta llamativo que luego de 120 años de historia de esta ley que atiende una necesidad universal, básica y obvia, en Colombia no la hayamos adoptado, quizá

³ Disponible en: <https://www.newtral.es/ley-de-la-silla/20231024/>

⁴ Disponible en: <https://apuntes-de-derecho.webnode.cl/ley-n%C2%BA/la-ley-de-la-silla/>

⁵ Disponible en: http://sil.gobernacion.gob.mx/Archivos/Documentos/2023/09/asun_4600349_20230913_1694014659.pdf

por ello es que hoy se vea normal a personas trabajando de pie durante muchas horas cuando en realidad se está afectando seriamente su salud y bienestar. Esta Ley busca finalmente saldar esta deuda y mejorar las condiciones laborales de las centenas de miles de personas que en los años venideros trabajarán de pie, pero tendrán a la mano una silla para sentarse.

Recomendaciones de la Organización Internacional del Trabajo

La Organización Internacional del Trabajo en su documento, "*Los principios básicos de la ergonomía*", manifiesta⁶:

"C. El puesto de trabajo para trabajadores de pie

Siempre que sea posible se debe evitar permanecer en pie trabajando durante largos períodos de tiempo. El permanecer mucho tiempo de pie puede provocar dolores de espalda, inflamación de las piernas, problemas de circulación sanguínea, llagas en los pies y cansancio muscular. A continuación figuran algunas directrices que se deben seguir si no se puede evitar el trabajo de pie:

- Si un trabajo debe realizarse de pie, se debe facilitar al trabajador un asiento o taburete para que pueda sentarse a intervalos periódicos.
- Los trabajadores deben poder trabajar con los brazos a lo largo del cuerpo y sin tener que encorvarse ni girar la espalda excesivamente.
- La superficie de trabajo debe ser ajustable a las distintas alturas de los trabajadores y las distintas tareas que deban realizar.

⁶ Ver: https://training.itcilo.org/actrav_cdrom2/es/osh/ergo/ergonomi.htm

- Si la superficie de trabajo no es ajustable, hay que facilitar un pedestal para elevar la superficie de trabajo a los trabajadores más altos. A los más bajos, se les debe facilitar una plataforma para elevar su altura de trabajo.
- Se debe facilitar un escabel para ayudar a reducir la presión sobre la espalda y para que el trabajador pueda cambiar de postura. Trasladar peso de vez en cuando disminuye la presión sobre las piernas y la espalda.
- En el suelo debe haber una estera para que el trabajador no tenga que estar en pie sobre una superficie dura. Si el suelo es de cemento o metal, se puede tapar para que absorba los choques. El suelo debe estar limpio, liso y no ser resbaladizo.
- Los trabajadores deben llevar zapatos con empeine reforzado y tacos bajos cuando trabajen de pie.
- Debe haber espacio bastante en el suelo y para las rodillas a fin de que el trabajador pueda cambiar de postura mientras trabaja.
- El trabajador no debe tener que estirarse para realizar sus tareas. Así pues, el trabajo deberá ser realizado a una distancia de 8 a 12 pulgadas (20 a 30 centímetros) frente al cuerpo.

Las cajas diseñadas para prestar el servicio sentado existen hace muchos años.



En general se observa que el servicio de caja en la mayoría de los supermercados del país se encuentra precarizado, no se le da importancia a la necesidad de sentarse ni se tiene conciencia de los problemas de salud para las personas que trabajan de pie.

Si unos pocos super mercados usan sillas, ¿por qué los demás no lo hacen?

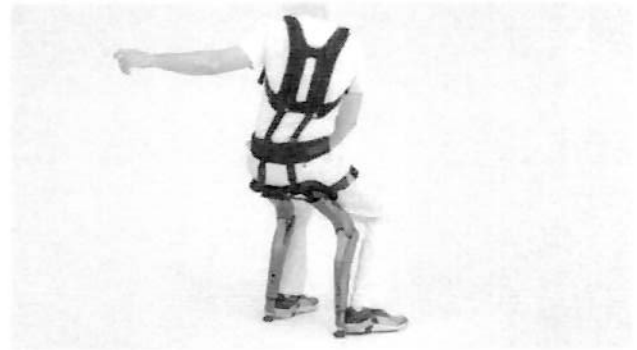
Alternativas: La silla exoesqueleto es solución para algunos trabajos

Para trabajos en mecánica de carros y motos, bodegas, operarios de maquinaria industrial, trabajadores del sector manufacturero y personal de seguridad, la silla exoesqueleto puede ser una alternativa.

Existen en el mercado desde hace ya varios años numerosas marcas, tipos y precios de sillas exoesqueleto, estas son un soporte ergonómico portátil, liviano y flexible para posiciones sentadas mientras se realizan labores.

Algunos ejemplos se muestran a continuación y otros pueden consultarse en los links a disposición en el pie de página⁷

⁷ <https://www.xataka.com/investigacion/una-silla-sin-silla-asi-se-define-este-wearable-exoesqueleto-que-permite-que-te-sientes-en-cualquier-lugar>
<https://www.youtube.com/watch?v=7jN85oouNho>



Modelo: Chairless chair, marca Noonee



Conclusiones grupos focales

Con el apoyo de la Confederación General del Trabajo, CGT, el equipo del representante a la Cámara Jorge Bastidas, realizó dos grupos focales con trabajadoras y trabajadores de los sindicatos de las tiendas D1, SINTRAD1 y de las tiendas Olímpica. Gracias a sus valiosos aportes podemos compartir estas conclusiones:

- El 90% de las cajeras que llegaron a los grupos focales fueron mujeres de las cuales el 45% son madres cabeza de hogar.
- Algunos hombres participaron, varios de ellos cajeros otros ocupan cargos como supervisores y auxiliares aunque en momentos de alto tráfico igualmente hacen caja.
- Las cajeras suelen tener jornadas laborales de 8 a 10 horas diarias donde todo el tiempo están de pie salvo por el permiso de almuerzo que suele fluctuar entre 30 y 60 minutos.
- Las cajeras de los supermercados Olímpica suelen tener sillas pero todas las participantes de este sindicato coincidieron en que no son adecuadas, no tienen espaldar y es difícil usarlas mientras se atiende a los clientes.
- Las cajeras de Olímpica comentan que cuando es quincena y el movimiento de clientes es alto, hay tiendas donde los supervisores quitan las sillas.
- Todas coinciden en que las últimas tres horas de sus jornadas son las más difíciles, manifiestan que el agotamiento es extremo, a algunas los pies se les hinchan, otras suelen tener dolor en la espalda y las piernas.
- Algunas cajeras dicen llegar tan adoloridas que les cuesta dormir en las noches.
- Una de las cajeras dice tener vena varice y todas coinciden en conocer compañeras con el mismo mal.
- Los casos más dramáticos se deben a las trabajadoras que llevan 20 o hasta 30 años trabajando como cajeras, ingresaron muy jóvenes y hoy a sus 40 o 50 años, todas sin excepción tienen enfermedades laborales relacionadas

entre otras causas con el estar de pie, una de ellas incluso padeció una hernia discal.

- Las cajeras explican que cada tienda tiene metas en ventas y que estas se les trasladan a ellas determinando una cantidad de productos a vender por día. Cuando las metas no se logran la tienda despide personal generando un constante estrés laboral y la imposibilidad de reclamar mejores condiciones de trabajo.
- Un caso de especial interés fue el de las mujeres en embarazo que trabajan en las cajas, todas manifestaron que las empresas no tenían mayor consideración con ellas, en algunos casos las cajeras embarazadas sí tenían sillas pero eran suministradas en la etapa final del embarazo y de nuevo no eran las adecuadas para su estado.
- Cuando preguntamos por el trabajo durante el periodo menstrual, algunas manifestaron que su rendimiento bajaba sensiblemente debido a los cólicos y escalofríos pero aun así debían hacer su trabajo de pie.
- Las cajeras mayores expresaron tristeza y frustración ya que al ser personas de alrededor de 50 años aún no se consideran de la tercera edad pero es como si lo fueran debido a las numerosas enfermedades que tienen, "sentimos que ya no servimos".
- Casi todas manifestaron querer a sus empresas pero reclamaron mejores condiciones laborales.
-

Algunos oficios y trabajos donde más se observa personas trabajando de pie

Los siguientes son algunos de los oficios o empresas donde los trabajadores y trabajadoras deben permanecer de pie, muchas veces sin poder sentarse en jornadas de más de 8 horas.

- Cajeras de supermercados, minimercados y fruver.
- Vendedoras y vendedores de mostrador
- Atención en droguerías
- Cocineros y cocineras
- Almacenes de ventas de ropa, outlets y madrugones
- Tiendas de cadena
- Almacenes de tecnología y electrodomésticos
- Almacenes de venta de mobiliario
- Atención en peajes
- Restaurantes de plazas de comidas
- Estands en ferias exposición
- Algunas taquillas de transporte público
- Gasolineras y estaciones de servicio
- Ventas y atención en librerías y papelerías
- Personas "pare o siga" en obras de construcción
- Meseros y meseras
- Estilistas y barberos

- Impulsadoras
- Operarios de maquinaria industriales
- Mecánicos de taller de motos y carros
- Personal de logística
- Personal de seguridad
- Agentes de tránsito
- Enfermeras y auxiliares médicos
- Porteros de discotecas, restaurantes y bares

Importancia de la Ley de la silla

Además de lo expuesto, después de haber presentado derechos de petición a todas las ARL autorizadas en el país⁸, así como al Ministerio del Trabajo, se concluyó que la Ley de la Silla es de suma importancia para el bienestar de los trabajadores. La investigación arrojó que, a pesar de que existe evidencia científica según la cual mantenerse de pie por duración prolongada puede ocasionar enfermedades⁹, en Colombia no existe regulación legal o reglamentaria que procure por que los trabajadores puedan sentarse durante la jornada laboral.

La contestación del derecho de petición por parte del Ministerio del Trabajo resulta ilustrativa para entender las enfermedades laborales, así como los riesgos que

⁸ En Colombia hay 10 ARL autorizadas. Ver: <https://www.fasecolda.com/ramos/riesgos-laborales/companias-autorizadas/>.

⁹ Ver: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4591921/>.

existen por mantenerse de pie. Por tanto, a continuación se cita *in extenso* la respuesta del Ministerio:

"A) Evolución Normativa en la Definición y Reconocimiento de Enfermedades Laborales en Colombia

La Medicina del Trabajo constituye una especialidad médica que se encarga de investigar las enfermedades y accidentes derivados de la actividad laboral, así como de proponer medidas preventivas destinadas a evitar o mitigar sus consecuencias. Bernardino Ramazzini es universalmente reconocido como el pionero de esta disciplina médica.

Ahora bien, La Organización Internacional del Trabajo (OIT), en la Recomendación 169 de 2009, define el concepto de enfermedad laboral de la siguiente manera: "Todo Miembro debería, en condiciones prescritas, considerar como enfermedades profesionales las que se sabe provienen de la exposición a sustancias o condiciones peligrosas inherentes a ciertos procesos, oficios u ocupaciones."

La conceptualización de enfermedad laboral y accidente de trabajo, inicialmente abordada en los artículos 199 y 200 del Código Sustantivo del Trabajo, experimentó modificaciones a través del artículo 11 del Decreto 1295 de 1994. No obstante, la Corte Constitucional, mediante la Sentencia C-1155 de 2008, declaró la inexecutable de dicha definición, determinando la reactivación de la establecida en el artículo 200 del Código Sustantivo del Trabajo, con sus respectivas modificaciones. Posteriormente, el artículo 4 de la Ley 1562 de 2012 procedió a definir la enfermedad laboral de la siguiente manera:

"ARTÍCULO 4o. ENFERMEDAD LABORAL. *Es enfermedad laboral la contraída como resultado de la exposición a factores de riesgo inherentes a la actividad laboral*

o del medio en el que el trabajador se ha visto obligado a trabajar. El Gobierno Nacional, determinará, en forma periódica, las enfermedades que se consideran como laborales y en los casos en que una enfermedad no figure en la tabla de enfermedades laborales, pero se demuestre la relación de causalidad con los factores de riesgo ocupacional será reconocida como enfermedad laboral, conforme lo establecido en las normas legales vigentes.

PARÁGRAFO 1o. *El Gobierno Nacional, previo concepto del Consejo Nacional de Riesgos Laborales, determinará, en forma periódica, las enfermedades que se consideran como laborales.*

PARÁGRAFO 2o. *Para tal efecto, El Ministerio de la Salud y Protección Social y el Ministerio de Trabajo, realizará una actualización de la tabla de enfermedades laborales por lo menos cada tres (3) años atendiendo a los estudios técnicos financiados por el Fondo Nacional de Riesgos Laborales.”*

Esta definición guarda una evidente similitud con la que se encuentra en las recomendaciones de la Organización Internacional del Trabajo (OIT), aunque incorpora un matiz adicional que consiste en la atribución conferida al Gobierno Nacional para identificar las enfermedades que deben ser reconocidas como de origen laboral. Según esta disposición, dichas enfermedades deben ser incorporadas a la tabla de enfermedades laborales para su registro, incluyendo aquellas que no hayan sido inicialmente consideradas como tales.

El marco normativo derivado de la Ley 1562 de 2012 se concretó en el Decreto 1477 de 2014, el cual derogó el Decreto 2566 de 2009 y estableció la Tabla de Enfermedades Laborales. Esta regulación incorporó la relación de causalidad como elemento determinante para establecer el origen de las enfermedades. En consecuencia, aquellas patologías que no figuraban en la tabla, pero evidenciaban una conexión causal con los factores de riesgo ocupacional serían oficialmente reconocidas como enfermedades laborales.

Es pertinente señalar que la Tabla de Enfermedades Laborales, emitida por el Ministerio del Trabajo de la República de Colombia el 5 de agosto de 2014 mediante el Decreto 1477 de 2014, experimentó modificaciones a través del Decreto 676 de 2020 “Por el cual se incorpora una enfermedad directa a la tabla de enfermedades laborales y se dictan otras disposiciones”.

B) Relación entre la Permanencia de Pie y los Riesgos Ergonómicos:

Para el estudio y control de los accidentes de trabajo y las enfermedades profesionales, existen varias clasificaciones de los factores de riesgo según grupos en función de los efectos para la salud e integridad de los trabajadores.

Factor de Riesgo	Tipo de Riesgo	Enfermedades Asociadas
FISICOS	Ruido, Vibraciones, Temperaturas extremas, Iluminación, Radiaciones Ionizantes (Rayos X) Radiaciones no Ionizantes (Soldadura)	Sordera profesional Hipotermia Cáncer por radiación.
QUÍMICOS	Material Particulado Gases y Vapores Humos metálicos Líquidos (químicos)	Patologías Pulmonares
BIOLÓGICOS	Virus, Bacterias, Hongos, Parásitos, Venenos	Infecciones. Micosis. Sustancias inyectadas por animales o producidas por plantas.
ERGONÓMICOS	Posturas inadecuadas, Sobre esfuerzo, Diseño del puesto de Trabajo	Túnel del carpo, Lumbalgia, Pinchamientos Disciales, Deformaciones óseas.
PSICOSOCIALES	Trabajo Monótono, trabajo bajo presión, Jornada laboral extensa	Estrés laboral, Malas relaciones personales, Insomnio, Aumento de accidentes
ELÉCTRICOS	Alta tensión, Baja tensión, Electricidad estática	Quemaduras

Factor de Riesgo	Tipo de Riesgo	Enfermedades Asociadas
MECANICOS	Mecanismos en movimiento Proyección de partículas (Esmeril, Sierra, Pulidora) Herramientas manuales	Caídas, aplastamientos, cortes, atrapamientos o proyecciones de partículas en los ojos
LOCATIVOS	Superficies de trabajo, Sistemas de almacenamiento, Organización del área, Estructuras Instalaciones Espacio de trabajo	Olores desagradables Acumulación de basuras

Por ende, nos permitimos recalcar que el permanecer de pie se encuentra relacionado con los factores de riesgos Ergonómicos, entendidos como aquellos ocasionados por aquellas funciones laborales que se realizan de manera repetitiva que incrementan la posibilidad de desarrollar una patología, y, por tanto, acrecentar el nivel de riesgo que se encuentra presente en el puesto de trabajo.

En el caso de las posturas prolongadas, los factores de riesgo están determinados teniendo en cuenta la frecuencia en los movimientos, la permanencia excesiva de una postura que sea inadecuada afectando el tronco y el cuello, posturas con afectación en las extremidades superiores e inferiores, entre otras. Por otro lado, teniendo en cuenta los movimientos repetitivos, los factores de riesgo se presentan por el uso de fuerza, tiempos de recuperación ineficientes, duración prolongada de trabajo repetitivo.

Es oportuno aclarar qué, se entiende por “postura de trabajo” la posición relativa de los segmentos corporales y no, meramente, si se trabaja de pie o sentado. Las posturas de trabajo son uno de los factores asociados a los trastornos musculoesqueléticos, cuya aparición depende de varios aspectos: en primer lugar de lo forzada que sea la postura, pero también, del tiempo que se mantenga de modo continuado, de la frecuencia con que ello se haga, o de la duración de la exposición a posturas similares a lo largo de la jornada.

Los efectos que se producen en razón a los riesgos ergonómicos se relacionan con la posición de pie y sin desplazarse, se sobrecargan los músculos de las piernas, espalda y hombros, dando lugar a determinadas lesiones y a un estado general de fatiga física. Si se trabaja de pie y se realizan movimientos y esfuerzos físicos, tales como: levantamiento, transporte y manipulación de cargas, se pueden producir sobreesfuerzos. El esfuerzo muscular de la manipulación de cargas provoca el aumento del ritmo cardíaco y respiratorio. Las articulaciones, especialmente la



columna vertebral, pueden resultar gravemente dañadas por los sobreesfuerzos o posturas de trabajo inadecuadas (hernias discales, lumbalgias, dolores músculo esqueléticos).

Por consiguiente, nos permitimos insistir en que, de conformidad con el Decreto 1477 de 2014 modificado a través del Decreto 676 de 2020, establece la Tabla de enfermedades Laborales a través de una doble entrada: Agentes de Riesgo, Grupos de enfermedades. El laborar de pie, se considera un agente etiológico que genera un factor de riesgo ocupacional que se encuentra contenido en la tabla de enfermedades laborales que pueden originarse por agentes ergonómicos así:

AGENTES ETIOLÓGICOS/ FACTORES DE RIESGO OCUPACIONAL	OCUPACIONES / INDUSTRIAS	ENFERMEDADES
Posiciones forzadas y movimientos repetitivos de miembros inferiores	Actividades económicas y ocupaciones que involucren posiciones forzadas y movimientos repetitivos de miembros inferiores.	Mononeuropatía de miembros inferiores (G57)
		Lesión del Nervio Popliteo Lateral (G57.3)
Posiciones forzadas y movimientos repetitivos.	Ocupaciones o actividades económicas con exposición a estos factores de riesgo.	Otras artrosis (M19)
		Otros trastornos articulares no clasificados en otra parte: Dolor articular (M25.5)
		Síndrome cervicobraquial (M53.1)
Movimientos de región lumbar, repetidos con carga y esfuerzo; operación de maquinaria en asientos ergonómicos por largo tiempo y posiciones forzadas en bipedestación, que predominen sobre cualquier otro factor causal.	Choferes, repartidores, operadores de maquinaria pesada, cargadores .Y vigilantes, entre otros.	Dorsalgia (M54)
		Cervicalgia (M54.2)
		Ciática (M54.3)
		Lumbago con ciática (M54.4) Lumbago no especificado (M54.5)
Posiciones forzadas y movimientos repetitivos.	Trabajadores que utilizan martillos neumáticos, perforadoras mecánicas y herramientas análogas y digitales, perforistas, remachadores, talladores de piedra, laminadores herreros y caldereros, pulidores de fundición, Personas con actividades manuales: martilleros, carpinteros,	Sinovitis y tenosinovitis (M65)
		Dedo en gatillo (M65,3)
		Otras sinovitis y tenosinovitis (M65.8)

AGENTES ETIOLÓGICOS/ FACTORES DE RIESGO OCUPACIONAL	OCUPACIONES / INDUSTRIAS	ENFERMEDADES
	mecánicos, meseros y maleteros.	Sinovitis y tenosinovitis no especificadas (M65.9)
Posiciones forzadas, manejo de cargas y movimientos repetitivos.	Trabajadores en los que se realizan presiones repetidas, como mineros (de las minas de carbón y manganeso), cargadores, alijadores, estibadores, albañiles, jardineros, deportistas competitivos, futbolistas, bailarines, atletas, pescadores» trabajadores de la industria del hielo y alimentos congelados y otros en los que se ejercen presiones sobre determinadas articulaciones.	Trastornos de los tejidos blandos relacionados con el uso, o uso excesivo y a presión de origen ocupacional (M70)
		Sinovitis crepitante crónica de la mano y del puño (M70.0)
		Bursitis de la mano (M70.1) Bursitis (1\170.2) del olecranon
		Otras bursitis (M70.3)
		Otras bursitis prerrotulianas (M70.4)
		Otras bursitis de la rodilla (M70.5)
		Otros trastornos de los tejidos blandos relacionados con el uso, o uso excesivo y a presión (M70.8)
Trastorno no especificado de los tejidos blandos relacionados con el uso, o uso excesivo y a presión (M70.9)		
Posiciones forzadas y movimientos repetitivos. Vibraciones localizadas.	Bruñidores, grabadores, mineros, trabajadores de canteras, operadores de taladros, operadores de motosierras, martillos neumáticos, perforadoras mecánicas.	Fibromatosis de la fascia palmar: Contractura de Dupuytren (M72.0)
Movimientos repetitivos, posturas forzadas, aplicación de fuerza combinada con movimientos repetitivos, posturas forzadas y/o vibraciones.	Ensambladores de autos, pintores, fresadores, torneros, operadores de presión, mecánicos que realizan montajes por encima del nivel de la cabeza, soldadores que realizan su actividad por encima del nivel de la cabeza, empacadores, almacenistas, albañiles, carteros, todos aquellos trabajadores que realizan continuamente abducción y flexión de	- Lesiones de hombro (M75) Capsulitis adhesiva de hombro (hombro congelado, periartritis de hombro) (M75,0) Síndrome de manguito rotador o
		- síndrome de supraespinoso (M75.1)
		- Tendinitis bicipital (M75.2)

AGENTES ETIOLÓGICOS/ FACTORES DE RIESGO OCUPACIONAL	OCUPACIONES / INDUSTRIAS	ENFERMEDADES
	hombro, que trabajan con las manos por encima, del nivel de los hombros transporte de carga en el hombro y lanzamiento de objetos.	<ul style="list-style-type: none"> - Tendinitis calcificante de hombro (M75.3) - Bursitis de hombro (M75.5) - Otras lesiones de hombro (M75.8) - Lesiones de hombro no especificadas (M75.9)
Movimientos repetitivos, posturas forzadas, aplicación de fuerza combinada con movimientos repetitivos, posturas forzadas y/o vibraciones.	Trabajadores que utilizan martillos neumáticos, perforadoras mecánicas y herramientas análogas y digitales, perforistas, remachadores, talladores de piedra, laminadores herreros y caldereros, pulidores de fundición. Personas con actividades manuales: martilleros, carpinteros, mecánicos, meseros y maleteros.	<ul style="list-style-type: none"> - Otras entesopatras (M77) - Mialgia (M79.1)
Movimientos repetitivos del brazo en tareas que requieren fuerza en los movimientos y posiciones difíciles (extensión o rotación forzadas de la muñeca o la mano), involucrando uso excesivo de los músculos aprehensores de la mano al cerrar puños.	Actividades que requieran al trabajador utilizar las manos para sujetar herramientas por periodos prolongados: Máquina neumática, perforadoras mecánicas y herramientas análogas, perforadoras remachado. Obreros de la construcción, talladores de piedra, laminadores, carpinteros, pulidores de fundición, martilleros de plancha de acero y caldereros, herreros, personal de limpieza (1), empacadores de carne, mecánicos, carniceros (2), golfistas, tenistas, todos los puestos de trabajo que requieran al trabajador utilizar las manos para sujetar herramientas por periodos prolongados.	<ul style="list-style-type: none"> - Epicondilitis lateral (codo de tenista) (M77.1)
Movimientos repetitivos, posturas forzadas, aplicación de fuerza Combinada con movimientos repetitivos, y/o vibraciones.	Ocupaciones o actividades económicas con exposición a estos factores de riesgo.	<ul style="list-style-type: none"> - Otros trastornos especificados de los tejidos blandos (M79.8)

AGENTES ETIOLÓGICOS/ FACTORES DE RIESGO OCUPACIONAL	OCUPACIONES / INDUSTRIAS	ENFERMEDADES
Movimientos repetitivos, posturas forzadas, aplicación de fuerza combinada .. con movimientos repetitivos, y/o vibraciones.	Ocupaciones o actividades económicas con exposición a estos factores de riesgo.	- Trastornos de disco cervical (M50)
		- Trastorno de disco Cervical con mielopatía (M50.0)
		-Trastorno de disco cervical con radiculopatía (M50.1)
		- Otros desplazamientos de disco cervical (M50.2)
		- Otras degeneraciones de disco cervical (M50.3)
		- Otros trastornos de disco cervical (M50.8)
		- Trastorno de disco cervical, no especificado (M50.9)
		- Otros trastornos de los discos intervertebrales (M51)
		- Trastornos de discos intervertebrales lumbares y otros, con mielopatía (M51.0)
		- Trastornos de disco lumbar y otros, con radiculopatía (M51.1)
		- Otros desplazamientos especificados de disco intervertebral (M51.2)
		- Otras degeneraciones especificadas de disco intervertebral (M51.3)
		- Otros trastornos especificados de los discos intervertebrales (M51.8)
- Trastorno de los discos intervertebrales, no especificado (M51.9)		

Ahora bien, consideramos oportuno aclarar que la Parte B del Decreto 1477 de 2014 modificado a través del Decreto 676 de 2020 indica las Enfermedades Clasificadas por Grupos o Categorías que contiene la denominación de la enfermedad seguida de la Clasificación Estadística Internacional de Enfermedades y Problemas Relacionados con la Salud CIE-10.

En situaciones donde la enfermedad no esté específicamente contemplada en la tabla, se podrá establecer la relación de causalidad según lo dispuesto en el artículo 2 del Decreto 1477 de 2014. Con este propósito, el mencionado decreto establece que para determinar la relación causa-efecto se deberá identificar, de acuerdo con las condiciones de tiempo, modo y lugar, teniendo en cuenta criterios de medición, concentración o intensidad, así como la presencia de una enfermedad debidamente diagnosticada y médicamente relacionada causalmente con ese factor de riesgo”.

Sobre las pausas

La Ley 1355 de 2009 estableció que el Ministerio de Salud reglamentará mecanismos para que todas las empresas del país promuevan durante la jornada laboral pausas activas para todos sus empleados, con el apoyo y orientación de las Administradoras de Riesgos Profesionales. En el mismo sentido, esta ley propone que el Ministerio de Salud reglamente la pausas para que los trabajadores puedan sentarse. La reglamentación deberá armonizar ambas pausas de modo que durante las pausas para sentarse se puedan realizar, desde el asiento, ejercicios propios de las pausas activas para mejorar el rendimiento de los trabajadores y prevenir riesgos de accidentes o enfermedades. Así, tanto los trabajadores que ejercen sus funciones de pie, como los que no, contarán con pausas durante y como parte de la jornada laboral, que se ajusten a sus necesidades según las funciones que desempeñan y los riesgos que se derivan de estas funciones.

Se fijó en esta Ley que las pausas para sentarse deben ocurrir cada dos (2) horas. Lo anterior debido a que, según la *Guía Técnica para el análisis de exposición a factores de riesgo ocupacional en el proceso de evaluación para la calificación de*

*origen de la enfermedad profesional del Ministerio de Protección Social (2011)*¹⁰, las posturas son consideradas factor de riesgo ergonómico cuando son, entre otras:

“Mantenidas: cuando el trabajador permanece por más de dos horas (de pie) sin posibilidad de cambios o más de 10 minutos (cucullas, rodillas)”.

Para evitar el factor de riesgo ergonómico que puede derivar en las enfermedades expuestas por la respuesta del Ministerio del Trabajo se hace, entonces, necesario permitir que todos los trabajadores se sienten cada dos (2) horas para hacer una breve pausa.

Conclusión

En síntesis, la presente ley busca mejorar las condiciones de los trabajadores con el fin de prevenir enfermedades de origen profesional. En particular, va dirigida para aquellos trabajadores que desempeñan sus funciones de pie (ej. vendedores, celadores, meseros, cocineros, entre muchos más) para que puedan sentarse, bien sea durante la ejecución de sus funciones o por medio de una pausa cada dos (2) horas.

CONFLICTO DE INTERÉS – Art. 291, Ley 5° de 1992

Según el artículo 286 de la Ley 5° de 1992,

“Se entiende como conflicto de interés una situación donde la discusión o votación de un proyecto de ley o acto legislativo o artículo, pueda resultar en un beneficio particular, actual y directo a favor del congresista.

a) Beneficio particular: aquel que otorga un privilegio o genera ganancias o crea indemnizaciones económicas o elimina obligaciones a favor del congresista de las que no gozan el resto de los ciudadanos. Modifique normas que afecten

¹⁰ Disponible: https://comunicandosalud.com/wp-content/uploads/2019/06/quia_exposicion_factores_riesgo_ocupacional.pdf.


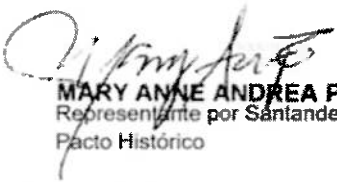
investigaciones penales, disciplinarias, fiscales o administrativas a las que se encuentre formalmente vinculado.

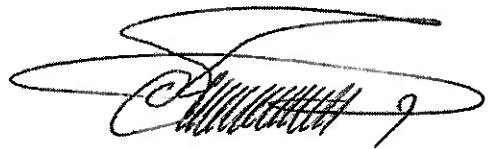
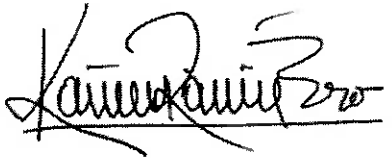
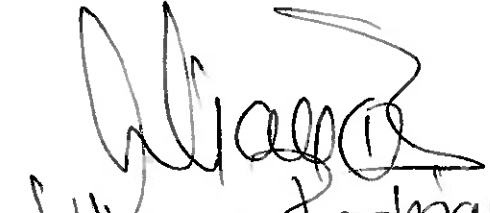
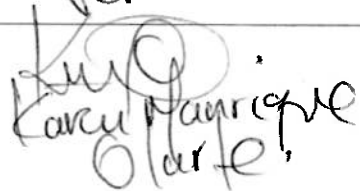
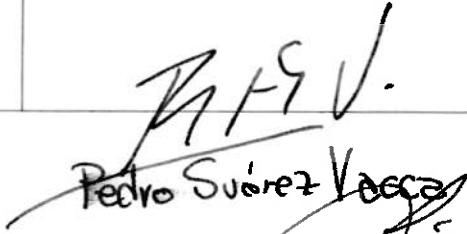
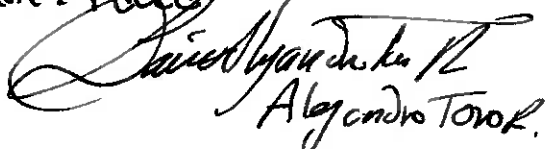
b) Beneficio actual: aquel que efectivamente se configura en las circunstancias presentes y existentes al momento en el que el congresista participa de la decisión

c) Beneficio directo: aquel que se produzca de forma específica respecto del congresista, de su cónyuge, compañero o compañera permanente, o parientes dentro del segundo grado de consanguinidad, segundo de afinidad o primero civil".

En virtud de la presente ley, los suscritos o sus parientes cercanos no obtienen ningún beneficio particular, actual y directo. Por tanto, no se presenta ningún conflicto de interés.

Del honorable Congreso de la República,

 JORGE HERNÁN BASTIDAS ROSERO Representante a la Cámara	 MARY ANNE ANDREA PERDOMO Representante por Santander Pacto Histórico MARY ANNE ANDREA PERDOMO G. Representante a la Cámara
---	--

 <p>ERMES EVELIO PETE VIVAS Representante a la Cámara</p>	<p>María del Mar P.</p> <p>MARÍA DEL MAR PIZARRO GARCÍA Representante a la Cámara de Bogotá</p>
 <p>CARMEN FELISA RAMÍREZ BOSCÁN Representante a la Cámara Circunscripción Internacional</p>	<p>Juan Pablo Salazar</p> <p>JUAN PABLO SALAZAR RIVERA Representante a la Cámara Circunscripción Especial de Paz N° 1</p>
 <p>Juliana Rodríguez Partido Alianza Verde.</p>  <p>Karen Marique Olate</p>	<p>ERIS R. OLIVERA VERDE (ART)</p>  <p>Pedro Suárez Vacca</p>  <p>Alejandro Torok</p>

 <p>atref H 7</p>	 <p>* Gabriel E. Parrado D. Representante Cámara Dpto. Meta - PH.</p>
<p>Leyla Rincón Leyla Rincón</p>	 <p>5 Cristóbal Carcedo</p>
 <p>Martha L. Alfonso.</p>	 <p>Eduard Sarmiento Hidalgo</p>



**CAMARA DE REPRESENTANTES
SECRETARÍA GENERAL**

El día 11 de abril del año 2024

Ha sido presentado en este despacho el
Proyecto de Ley Acto Legislativo

No. 421 Con su correspondiente
Exposición de Motivos, suscrito Por: H.R. Hernandez

Bustidas


SECRETARIO GENERAL