

**INICIATIVA CON PROYECTO DE DECRETO POR EL QUE SE ADICIONA UN ARTÍCULO 30 BIS, Y UNA FRACCIÓN XI AL ARTÍCULO 43, DE LEY FEDERAL DE LOS TRABAJADORES AL SERVICIO DEL ESTADO, REGLAMENTARIA DEL APARTADO B) DEL ARTÍCULO 123 CONSTITUCIONAL, EN MATERIA DE DESCONEXIÓN DIGITAL**

El que suscribe, **senador Alfonso Cepeda Salas**, integrante del Grupo Parlamentario de Morena en la LXVI Legislatura del Senado de la República, con fundamento en lo dispuesto en los artículos 71, fracción II, de la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos, así como en los artículos 8, numeral 1, fracción I; 164 y 169 del Reglamento del Senado de la República, presento a consideración de esta Soberanía, **Iniciativa con Proyecto de Decreto por el que se adiciona un artículo 30 Bis, y una fracción XI al artículo 43, de Ley Federal de los Trabajadores al Servicio del Estado, Reglamentaria del Apartado B) del Artículo 123 Constitucional, en materia de desconexión digital, al tenor de la siguiente:**

**EXPOSICIÓN DE MOTIVOS**

La Cuarta Revolución Industrial trajo avances en la tecnología y una gran gama de aplicaciones a las que actualmente tenemos acceso en un dispositivo móvil o teléfono inteligente, posibilitándonos desde atender un correo electrónico a cualquier hora y en cualquier lugar, hasta tener acceso a diversas plataformas de videollamadas y participar en reuniones sin la necesidad de trasladarnos a un espacio físico determinado<sup>1</sup>.

---

<sup>1</sup> Disponible en: [https://www.orienta.unam.mx/sendra/2/art\\_3.php](https://www.orienta.unam.mx/sendra/2/art_3.php)

Como acertadamente lo han señalado las y los especialistas en la materia, este cambio modificó la forma en que se articulan las relaciones laborales, facilitando la aparición de diversas formas de empleo, como el teletrabajo y el modelo híbrido. El teletrabajo se consolidó durante la pandemia de COVID-19 y es definido por Eurofound y la Organización Internacional del Trabajo (OIT) (2017) como "el empleo de las TIC para trabajar fuera de la oficina", es decir, es el trabajo que se realiza a distancia llevado a cabo mediante el uso exclusivo o prevalente de medios y sistemas informáticos, telemáticos y de telecomunicación<sup>2</sup>.

Uno de los efectos colaterales de la pandemia fue el crecimiento exponencial de la aplicación de la tecnología en nuestra vida cotidiana, por lo que la digitalización no solo ha transformado la modalidad de trabajo, sino que ha impuesto importantes cambios psicológicos a las personas trabajadoras, quienes han tenido que adaptarse a herramientas digitales, algoritmos e inteligencia artificial, entre otros aspectos. Lo cual ha incrementado las exigencias laborales, afectando su calidad de vida, bienestar psicoemocional y salud mental<sup>3</sup>.

La realidad imperante impone nuevos retos a fin de equilibrar el uso de los medios de comunicación dentro y fuera del entorno laboral, lo cual implica atender con responsabilidad el fenómeno de la hiperconectividad en el entorno laboral, entendida como una situación de disponibilidad permanente que prolonga la jornada laboral y genera una sobrecarga mental significativa.

"La naturaleza ubicua de las TIC permite que las demandas laborales se mantengan activas en cualquier momento y lugar, los siete días de la semana, durante todo el año. El término "ubicuidad" hace referencia a la capacidad de la tecnología para estar presente de forma constante, posibilitando una conexión permanente e

---

<sup>2</sup> Disponible en:

<https://www.insst.es/documents/94886/5326464/Estudio+sobre+la+hiperconectividad+y+la+salud+mental+en+el+ámbito+laboral+2025.pdf/5ae4fbfe-4e31-944d-b596-a0e3e9e91452?t=1763543725820>

<sup>3</sup> Ídem.

ininterrumpida. Esta realidad difumina la frontera entre la vida profesional y personal, afectando negativamente al equilibrio psicosocial de las personas trabajadoras y generando consecuencias para su salud, tales como fatiga mental, estrés crónico, alteraciones del sueño y malestar emocional, entre otras"<sup>4</sup>.

El denominado derecho a la desconexión no emerge como una consecuencia de la pandemia; sin embargo, sí constituye un detonador que enfatiza la necesidad de desconexión digital, cuyo objetivo es proteger el tiempo de descanso, la intimidad personal y familiar, y el equilibrio entre la vida laboral y personal, evitando o regulando la hiperconectividad permanente, a efecto de garantizar el respeto al tiempo de descanso y a la duración de la jornada laboral establecida para cada trabajador, así como prevenir riesgos psicosociales derivados de la disponibilidad laboral constante.

En el ámbito laboral, la desconexión digital implica que las y los trabajadores no tienen obligación de responder a comunicaciones relacionadas con el trabajo (llamadas, correos electrónicos, mensajes a través de chats, etc.) una vez concluida la jornada laboral establecida en su nombramiento, así como durante los fines de semana, días de asueto, vacaciones, permisos, licencias médicas, etc.

El concepto de "desconexión digital" surge como respuesta a los efectos negativos de la hiperconectividad permanente, que ignora la frontera entre la vida personal y la vida laboral, lo que ha provocado estrés, ansiedad y *burnout* (agotamiento físico y mental que se manifiesta en fatiga crónica, insomnio, dolores musculares, migrañas, problemas gastrointestinales).

Por ello, en diversos países se ha reconocido como un derecho laboral que permite a las y los trabajadores recuperar el control sobre su tiempo, calidad de vida y bienestar. Reconocer en México este derecho ratifica el valor de la conquista

---

<sup>4</sup> Ibidem.

sindical sobre el establecimiento y delimitación de la jornada laboral y recientemente la disminución gradual de 48 a 40 horas semanales de trabajo.

El día 3 de marzo de 2026 la Colegisladora aprobó y remitió a este Senado de la República la Minuta con proyecto de decreto por el que se reforman y adicionan diversas disposiciones a los artículos 3o. Ter y 132 de la Ley Federal del Trabajo, en materia de desconexión digital, misma que fue enviada por la Mesa Directiva a las Comisiones Unidas de Trabajo y Previsión Social y de Estudios Legislativos, Primera para su análisis y dictaminación.

La Minuta tiene por objeto incorporar la definición de desconexión digital; establecer como obligación de la persona empleadora respetar dicho derecho al término de la jornada laboral y emitir la política interna dirigida a todas las personas trabajadoras; mandar que el ejercicio del derecho a la desconexión digital contemplará el respeto a la naturaleza y objeto de la relación laboral, conciliará la actividad laboral y la vida personal, sujetándose a lo que establezca la negociación acordada entre la persona empleadora y las personas trabajadoras o sus representantes.

Lo anterior, con el objetivo de fortalecer los derechos laborales y brindar certeza jurídica, al establecer expresamente reglas claras sobre los límites de la comunicación laboral fuera del horario de trabajo, lo que genera condiciones laborales más equilibradas y saludables.

La aprobación de dichas reformas en este Senado de la República, sin lugar a duda, constituirán un paso más en favor de los derechos de la clase trabajadora.

Es preciso subrayar que dichas reformas aplican únicamente para las personas trabajadoras del Apartado A. En consecuencia, es necesario reconocer y garantizar el derecho a la desconexión digital a las y los trabajadores al servicio del Estado.

Cabe recordar que el artículo primero de la Ley Federal de los Trabajadores al Servicio del Estado, Reglamentaria del Apartado B) del Artículo 123 Constitucional, a la letra establece:

*La presente Ley es de observancia general para los titulares y trabajadores de las dependencias de los Poderes de la Unión, del Gobierno del Distrito Federal, de las Instituciones que a continuación se enumeran: Instituto de Seguridad y Servicios Sociales de los Trabajadores del Estado, Juntas Federales de Mejoras Materiales, Instituto Nacional de la Vivienda, Lotería Nacional, Instituto Nacional de Protección a la Infancia, Instituto Nacional Indigenista, Comisión Nacional Bancaria y de Seguros, Comisión Nacional de Valores, Comisión de Tarifas de Electricidad y Gas, Centro MaternoInfantil Maximino Avila Camacho y Hospital Infantil; así como de los otros organismos descentralizados, similares a los anteriores que tengan a su cargo función de servicios públicos.*

En tal virtud la presente Iniciativa propone adicionar un artículo 30 Bis, y una fracción XI al artículo 43, de Ley Federal de los Trabajadores al Servicio del Estado, Reglamentaria del Apartado B) del Artículo 123 Constitucional, con el objeto de:

1. Establecer que las personas trabajadoras tendrán derecho a la desconexión digital al término de su jornada laboral, así como durante sus periodos de descanso, vacaciones, permisos y licencias, por lo que podrán abstenerse de atender comunicaciones, instrucciones o requerimientos relacionados con el servicio fuera del tiempo de trabajo, salvo casos excepcionales debidamente justificados en atención a la naturaleza del servicio.

El ejercicio de este derecho deberá favorecer la conciliación entre la vida laboral y personal, conforme a los lineamientos generales que emita el Ejecutivo Federal, así como a las disposiciones que adopte cada

dependencia y a lo que se establezca en las condiciones generales de trabajo, conforme a los acuerdos que las determinen.

2. Incorporar como obligación de los titulares a que se refiere el Artículo 1o. de esta Ley: Respetar el derecho a la desconexión digital de las personas trabajadoras al término de la jornada laboral y emitir la política interna dirigida a todas las personas trabajadoras.

La clase trabajadora al servicio del Estado no ha estado exenta de los vertiginosos cambios tecnológicos, particularmente como ya lo hemos referido, a raíz de la pandemia de COVID-19, donde prácticamente todos los ámbitos de la vida se vieron modificados, incluido desde luego el laboral.

Uno de los sectores que vivió con mayor intensidad estos cambios fue el educativo. El compromiso de las y los maestros estuvo presente durante la pandemia por Covid-19, donde las actividades de enseñanza-aprendizaje se desarrollaron a distancia debido al confinamiento, lo que exigió mucho tiempo adicional a su jornada laboral y el uso de recursos propios. En ese momento para ellas y ellos el uso de las tecnologías significó un gran desafío que enfrentaron y solventaron con éxito, lo que ha sido motivo de un amplio reconocimiento a nivel internacional.

A partir de la pandemia, las maestras y los maestros con frecuencia reciben la indicación de realizar su trabajo educativo a distancia sin ninguna de las condiciones que la Ley Federal de Trabajo establece para la modalidad de teletrabajo aplicable a las y los trabajadores del Apartado A, por lo que deben invertir su salario para crear las condiciones y pagar los costos asociados, siempre que lo determine la autoridad educativa.

Como regla general, las maestras y los maestros se ven obligados por los directivos, los supervisores y la autoridad educativa a realizar actividades fuera de su jornada laboral, por ejemplo:

- Les piden registrar calificaciones fuera de su jornada laboral, incluso en horario nocturno, debido a la limitada capacidad de las plataformas digitales de las que disponen las autoridades educativas para este fin, aunado a que las fechas para que las maestras y los maestros realicen esta actividad son coincidentes.
- Los directivos y supervisores establecen comunicación ya sea vía telefónica, a través de mensajes o por correo electrónico fuera del horario laboral con las maestras y maestros, coaccionándolos a responder las llamadas o realizar actividades indicadas.
- Las maestras y los maestros atienden a madres y padres de familia, alumnas y alumnos en horarios que están fuera de su jornada de trabajo.
- Es importante señalar que las sesiones de Consejo Técnico Escolar están diseñadas para que participen las maestras y maestros con plaza de jornada o de tiempo completo en horas-semana-mes; sin embargo, debe participar el personal que tiene menos de 6, 8, 10, 15, 20 horas-semana-mes, lo que implica tiempo fuera de su jornada laboral.

Lo anterior, son solo unas referencias de lo que ocurre en el magisterio; sin embargo, cada sector tiene sus propios contextos, problemática y realidades. De ahí que la presente Iniciativa pretende reconocer y establecer en la norma jurídica el derecho a la desconexión digital de las trabajadoras y trabajadores del Estado a fin de que puedan reconectarse consigo mismos y sus entornos familiares, sociales, culturales y comunitarios.

A efecto de tener mayor claridad sobre la reforma propuesta, se ofrece el siguiente cuadro comparativo:

**LEY FEDERAL DE LOS TRABAJADORES AL SERVICIO DEL ESTADO,  
REGLAMENTARIA DEL APARTADO B) DEL ARTÍCULO 123 CONSTITUCIONAL**

<b>Texto Vigente</b>	<b>Texto Propuesto</b>
<p align="center"><b>Sin Correlativo.</b></p>	<p><b>Artículo 30 Bis.-</b> Las personas trabajadoras tendrán derecho a la desconexión digital al término de su jornada laboral, así como durante sus periodos de descanso, vacaciones, permisos y licencias, por lo que podrán abstenerse de atender comunicaciones, instrucciones o requerimientos relacionados con el servicio fuera del tiempo de trabajo, salvo casos excepcionales debidamente justificados en atención a la naturaleza del servicio.</p> <p>El ejercicio de este derecho deberá favorecer la conciliación entre la vida laboral y personal, conforme a los lineamientos generales que emita la persona titular del Ejecutivo Federal, así como a las disposiciones que adopte cada dependencia y a lo que se establezca en las condiciones generales de trabajo, conforme a los acuerdos que las determinen.</p>
<p><b>Artículo 43.-</b> Son obligaciones de los titulares a que se refiere el Artículo 1o. de esta Ley:</p> <p>I. a X. ...</p> <p><b>Sin Correlativo.</b></p>	<p><b>Artículo 43.-</b> Son obligaciones de los titulares a que se refiere el Artículo 1o. de esta Ley:</p> <p>I. a X. ...</p> <p><b>XI. Respetar el derecho a la desconexión digital de las personas trabajadoras al término de la jornada laboral y emitir la política interna dirigida a todas las personas trabajadoras.</b></p>
	<p align="center"><b>ARTÍCULOS TRANSITORIOS</b></p> <p><b>Primero.</b> El presente Decreto entrará en vigor el siguiente día al de su publicación en el Diario Oficial de la Federación.</p> <p><b>Segundo.</b> Dentro de los noventa días siguientes a la entrada en vigor del presente Decreto, la persona titular del Ejecutivo Federal deberá emitir los lineamientos generales en materia de desconexión digital a que se refiere el artículo 30 bis.</p>

<b>LEY FEDERAL DE LOS TRABAJADORES AL SERVICIO DEL ESTADO, REGLAMENTARIA DEL APARTADO B) DEL ARTÍCULO 123 CONSTITUCIONAL</b>	
<b>Texto Vigente</b>	<b>Texto Propuesto</b>
	Tercero. Dentro de los noventa días siguientes a la emisión de los lineamientos generales a que se refiere el artículo anterior, las dependencias e instituciones a que se refiere el artículo 1o. de la presente Ley, deberán emitir o adecuar sus disposiciones internas de conformidad con el presente Decreto.

**DECRETO POR EL QUE SE ADICIONAN DIVERSAS DISPOSICIONES A LA LEY FEDERAL DE LOS TRABAJADORES AL SERVICIO DEL ESTADO, REGLAMENTARIA DEL APARTADO B) DEL ARTÍCULO 123 CONSTITUCIONAL**

**ÚNICO.** Se adiciona un artículo 30 Bis, y una fracción XI al artículo 43, de Ley Federal de los Trabajadores al Servicio del Estado, Reglamentaria del Apartado B) del Artículo 123 Constitucional, para quedar como sigue:

**Artículo 30 Bis.-** Las personas trabajadoras tendrán derecho a la desconexión digital al término de su jornada laboral, así como durante sus periodos de descanso, vacaciones, permisos y licencias, por lo que podrán abstenerse de atender comunicaciones, instrucciones o requerimientos relacionados con el servicio fuera del tiempo de trabajo, salvo casos excepcionales debidamente justificados en atención a la naturaleza del servicio.

El ejercicio de este derecho deberá favorecer la conciliación entre la vida laboral y personal, conforme a los lineamientos generales que emita la persona titular del Ejecutivo Federal, así como a las disposiciones que adopte cada dependencia y a lo que se establezca en las condiciones generales de trabajo, conforme a los acuerdos que las determinen.

**Artículo 43.-** Son obligaciones de los titulares a que se refiere el Artículo 1o. de esta Ley:

I. a X. ...

**XI. Respetar el derecho a la desconexión digital de las personas trabajadoras al término de la jornada laboral y emitir la política interna dirigida a todas las personas trabajadoras.**

### **ARTÍCULOS TRANSITORIOS**

**Primero.** El presente Decreto entrará en vigor el siguiente día al de su publicación en el Diario Oficial de la Federación.

**Segundo.** Dentro de los noventa días siguientes a la entrada en vigor del presente Decreto, la persona titular del Ejecutivo Federal deberá emitir los lineamientos generales en materia de desconexión digital a que se refiere el artículo 30 bis.

**Tercero.** Dentro de los noventa días siguientes a la emisión de los lineamientos generales a que se refiere el artículo anterior, las dependencias e instituciones a que se refiere el artículo 1o. de la presente Ley, deberán emitir o adecuar sus disposiciones internas de conformidad con el presente Decreto.

Senado de la República, a 10 de abril de 2026.



---

**SENADOR ALFONSO CEPEDA SALAS**