



ASAMBLEA NACIONAL
SECRETARÍA GENERAL
Trámite Legislativo
2024 - 2029

Código AN_SG_10
Versión 0
Fecha de versión 7-may-2024

PERIODO LEGISLATIVO		2026 - 2027	
Anteproyecto de Ley N°	10	Proyecto de Ley N°	
Ley N°		Gaceta Oficial	
Etapas	PENDIENTE DE PROHÍJAR		

INFORMACIÓN GENERAL			
Fecha de Presentación	02-jul-26	Comisión	TRABAJO, SALUD Y DESARROLLO SOCIAL
Título	QUE ADICIONA ARTÍCULOS AL CÓDIGO DE TRABAJO SOBRE EL DERECHO A LA DESCONEXIÓN DIGITAL LABORAL		
Proponente:	HD Cedeño Alvarado, Ernesto		

DEBATES	
Fecha de Prohijamiento	
Fecha de I Debate	
Fecha de II Debate	
Fecha de III Debate	

Observaciones:	
----------------	--



Asamblea Nacional

Honorable Diputada
SHIRLEY CASTAÑEDAS VÁSQUEZ
Presidenta
Asamblea Nacional

ASAMBLEA NACIONAL
SECRETARÍA GENERAL
Presentación 2/7/2026
Hora 12:44 P.M.
A Debate _____
A Votación _____
Aprobada _____ Votos
Rechazada _____ Votos

Respetada presidenta:

En uso de las facultades conferidas por la Constitución Política de la República de Panamá, en sus artículos 165 y los artículos 108 y 109 del Reglamento Orgánico del Régimen Interno de la Asamblea Nacional, actuando en mi condición de Diputado de la República, presento al pleno de esta Asamblea Nacional, el presente Anteproyecto de Ley, **“Que adiciona artículos al Código de Trabajo sobre el derecho a la desconexión digital laboral”**

EXPOSICIÓN DE MOTIVOS

El avance acelerado de las tecnologías de la información y comunicación ha transformado profundamente las relaciones laborales, permitiendo una conectividad permanente entre empleadores y trabajadores mediante correos electrónicos, aplicaciones de mensajería instantánea, llamadas telefónicas, plataformas digitales y otros medios tecnológicos.

Si bien estas herramientas han contribuido al aumento de la productividad, la eficiencia y la continuidad de las actividades económicas, también han generado nuevas dinámicas laborales que han desdibujado los límites entre el tiempo de trabajo y el tiempo de descanso, afectando el equilibrio entre la vida personal, familiar y laboral de los trabajadores.

En la actualidad, resulta cada vez más frecuente que trabajadores reciban comunicaciones, instrucciones o requerimientos laborales fuera de su jornada ordinaria de trabajo, durante períodos de descanso, vacaciones, licencias o incapacidades, creando en muchos casos una expectativa permanente de disponibilidad que puede traducirse en cargas laborales adicionales no reconocidas formalmente como tiempo extraordinario.

Esta situación se intensificó especialmente a partir de la pandemia ocasionada por el COVID-19, debido al incremento del teletrabajo, el trabajo híbrido y el uso masivo de herramientas digitales de comunicación laboral. La hiperconectividad laboral ha sido identificada internacionalmente como un factor asociado al agotamiento laboral, estrés, ansiedad, fatiga digital y otros riesgos psicosociales que impactan la salud física y mental de los trabajadores. Diversos estudios internacionales han advertido sobre el aumento del

“burnout” o síndrome de agotamiento laboral relacionado con la conectividad constante y la dificultad de separar los espacios de trabajo y descanso.

La legislación panameña ya reconoce parcialmente este principio en materia de teletrabajo. El Decreto Ejecutivo No. 133 de 2020, que reglamenta la Ley de Teletrabajo, establece el derecho de desconexión del teletrabajador como garantía para el disfrute efectivo de sus períodos de descanso y vacaciones. Sin embargo, actualmente dicho reconocimiento se encuentra limitado principalmente a esta modalidad laboral, pese a que la realidad demuestra que las comunicaciones digitales fuera de horario afectan también a trabajadores presenciales y de modalidades mixtas.

El presente Anteproyecto de Ley busca actualizar el Código de Trabajo de la República de Panamá frente a las nuevas realidades tecnológicas y laborales, incorporando expresamente el derecho a la desconexión digital laboral como una garantía vinculada al derecho al descanso, la salud ocupacional, la dignidad humana y la conciliación entre la vida laboral y familiar.

La iniciativa no pretende impedir el uso de herramientas tecnológicas ni limitar la competitividad empresarial, sino establecer parámetros razonables que permitan proteger el tiempo de descanso del trabajador y prevenir jornadas encubiertas mediante medios digitales. Asimismo, reconoce que existen sectores y actividades que, por su naturaleza, requieren disponibilidad especial o atención de emergencias, por lo que se contemplan excepciones justificadas conforme a la ley.

El derecho a la desconexión digital ya ha sido reconocido en diversas legislaciones comparadas. Países como Francia, España, Portugal, Colombia, Chile y Argentina han incorporado mecanismos legales destinados a garantizar el respeto al tiempo de descanso y limitar la conectividad laboral permanente fuera de la jornada de trabajo.

En consecuencia, esta propuesta legislativa procura fortalecer la protección de los trabajadores frente a los desafíos derivados de la transformación digital del empleo, promoviendo relaciones laborales más saludables, equilibradas y acordes con las nuevas dinámicas tecnológicas de la sociedad contemporánea.



H.D. ERNESTO CEDEÑO ALVARADO

Diputado de la República de Panamá

Circuito 8-4

ASAMBLEA NACIONAL
SECRETARÍA GENERAL
Presentación 2/7/2026
Hora 12:44 P.M.
A Debate _____
A Votación _____

ANTEPROYECTO DE LEY No. _____
De _____ de _____ de 2026

Que adiciona artículos al Código de Trabajo sobre el derecho a la desconexión digital laboral
LA ASAMBLEA NACIONAL
DECRETA:

Artículo 1. Se adiciona el numeral 31 al artículo 128 del Código de Trabajo, para que quede así:

Artículo 128. Son obligaciones de los empleadores, además de las que surjan especialmente del contrato, las siguientes:

....

31. El empleador deberá adoptar medidas razonables para garantizar el respeto al derecho de desconexión digital laboral de sus trabajadores, incluyendo políticas internas sobre el uso de herramientas digitales de comunicación fuera de la jornada laboral. Asimismo, deberá abstenerse de exigir, solicitar o esperar respuestas inmediatas fuera del horario de trabajo, salvo en los casos exceptuados por la ley.

No se impedirán las comunicaciones laborales en casos de emergencia, fuerza mayor, riesgo inminente, atención de situaciones excepcionales o cuando la naturaleza del cargo requiera disponibilidad especial debidamente pactada conforme a la ley.

En los casos en que el trabajador preste servicios fuera de la jornada ordinaria de trabajo, el tiempo laborado deberá computarse conforme a las disposiciones sobre jornada extraordinaria establecidas en este Código.

Artículo 2. Se adiciona el artículo 168-A en el Código de Trabajo, para que quede así:

Artículo 168-A. Derecho a la desconexión digital laboral. Todo trabajador tendrá derecho a la desconexión digital laboral, entendiéndose como el derecho a no atender comunicaciones, órdenes, instrucciones, requerimientos, llamadas, mensajes, correos electrónicos o cualquier otro medio digital o tecnológico relacionado con sus labores fuera de su jornada ordinaria de trabajo, durante períodos de descanso, vacaciones, licencias, incapacidades o días de descanso obligatorio.

El ejercicio de este derecho no podrá generar sanciones, represalias, descuentos salariales, afectaciones en evaluaciones de desempeño ni ninguna medida que perjudique la estabilidad o condiciones laborales del trabajador.

Artículo 3. La presente Ley adiciona el numeral 31 al artículo 128 y el artículo 168-A del Código de Trabajo.

Artículo 4. La presente ley comenzará a regir a partir de su promulgación.

COMUNÍQUESE Y CÚMPLASE,

Propuesto a la consideración de la Asamblea Nacional, hoy ____ de ____ de 2026, por el suscrito honorable diputado Ernesto Cedeño Alvarado.



H.D. ERNESTO CEDEÑO ALVARADO

Diputado de la República de Panamá

Circuito 8-4