

PROPOSICIÓN CON PUNTO DE ACUERDO POR EL QUE LA COMISIÓN PERMANENTE DEL H. CONGRESO DE LA UNIÓN EXHORTA RESPETUOSAMENTE AL GOBIERNO FEDERAL A TRAVÉS DE LA SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA, PARA QUE, EN EL ÁMBITO DE SUS ATRIBUCIONES, INCREMENTE EL HORARIO SEMANAL DESTINADO A LA EDUCACIÓN FÍSICA EN LAS ESCUELAS PÚBLICAS DE EDUCACIÓN BÁSICA, A FIN DE MEJORAR LA SALUD DE LAS NIÑAS, NIÑOS Y ADOLESCENTES, PRESENTADA POR LA DIPUTADA PAOLA MICHELL LONGORIA LÓPEZ, DEL GRUPO PARLAMENTARIO DE MOVIMIENTO CIUDADANO.

Quien suscribe, **Paola Michell Longoria López**, Diputada Federal integrante del Grupo Parlamentario de Movimiento Ciudadano, de la LXVI Legislatura de la Cámara de Diputados del Honorable Congreso de la Unión, con fundamento en lo señalado en los artículos 78, párrafo segundo fracción III de la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos y los artículos 116 y 122 numeral 1 de la Ley Orgánica del Congreso General de los Estados Unidos Mexicanos, así como los artículos 58 y 60 del Reglamento para el Gobierno Interior del Congreso General de los Estados Unidos Mexicanos, someto a consideración de la Comisión Permanente, proposición con punto de acuerdo, al tenor de la siguiente:

CONSIDERACIONES

La actividad física en los seres humanos es esencial para mantenerse saludables y evitar enfermedades o padecimientos que pueden reducir la salud física y mental de las personas, como las enfermedades cardiovasculares y la obesidad, además, es una actividad fundamental que desde el Estado se debe promover para garantizar

el derecho a la salud consagrado en el artículo cuarto, párrafo cuarto de la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos.¹

De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (OMS) la actividad física, como caminar, montar en bicicleta, pedalear, practicar deportes o participar en juegos o actividades recreativas, ya sea de forma moderada o intensiva mejora la salud y, por lo tanto, el bienestar, además de que contribuyen a evitar el riesgo de padecer diversas enfermedades asociadas a la inactividad, como el sobrepeso, las enfermedades cardiovasculares, la diabetes, entre otras.²

De hecho, de acuerdo con el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF), México se encuentra entre los primeros lugares en obesidad infantil a nivel mundial. Al menos 1 de cada 5 niñas y niños menores de 5 años padece de obesidad, mientras que la proporción entre las niñas y niños mayores de 5 años es de 1 de cada 3.³

Para mantener una buena salud entre niños, niñas y jóvenes, la OMS recomienda que se haga al menos 60 minutos de actividad física diaria, a fin de mejorar las funciones cardiorrespiratorias y musculares, la salud ósea y reducir el riesgo de contraer enfermedades.

¹ Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos, Cámara de Diputados, publicada en el Diario Oficial de la Federación el día 5 de febrero del 2027, última reforma publicada el día 15 de abril del 2025, disponible en: <https://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/pdf/CPEUM.pdf>

² OMS, *Actividad física*, publicado el día 24 de junio del 2024, disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>

³ UNICEF, *Sobrepeso y obesidad en niños, niñas y adolescentes*, publicado en marzo del 2024, disponible en: <https://www.unicef.org/mexico/sobrepeso-y-obesidad-en-ni%C3%B1os-y-adolescentes>

De acuerdo con dicho organismo, a nivel mundial, el 31% de los adultos y el 80% de los adolescentes no cumplen con la actividad física recomendada para mantener una buena salud, asimismo, señala que, de no incrementarse la actividad física en la población, los sistemas de salud pública podrían tener que invertir al menos 300 mil millones de dólares entre 2020 y 2030 para atender las enfermedades y padecimientos derivados de la falta de ejercicio.⁴

De hecho, la inactividad física es uno de los principales factores de riesgo para la salud de las personas, misma que puede llevar a la muerte, debido a las enfermedades que puede ocasionar. En los niños, por ejemplo, puede causar obesidad, debilidad ósea, afectaciones a su desarrollo cognitivo, entre otras, lo que puede hacerlo más propenso en el futuro a tener enfermedades cardiovasculares y enfermedades de alto impacto como la diabetes. A su vez, problemas como la obesidad puede llevar a que tengan baja autoestima y dificultades para convivir y socializar en el ámbito escolar, familiar y social.

Dichos problemas pueden prevenirse si se fortalece e impulsa la actividad física y el deporte entre las niñas, niños y adolescentes. Es necesario impulsar acciones en la materia para construir una cultura del deporte y del cuidado a la salud entre nuestras infancias y es precisamente en el sistema de educación pública por donde podríamos comenzar a implementar dichas acciones.

Actualmente la educación física es obligatoria en las escuelas, de hecho, la Ley General de Educación, en la fracción VII del artículo 30 se establece que los planes y programas de estudio deberán prever el fomento a una actividad física o práctica

⁴ Actividad física, OMS, op., cit. en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>

del deporte.⁵ Sin embargo, a pesar de ser obligatoria, solamente se dedican a estas actividades 1 hora en la educación primaria y dos horas en la educación secundaria, por lo que no cumple con lo que el tiempo para actividad física indicado por la OMS y otras organizaciones internacionales y de la sociedad civil. También es importante señalar que, si bien realizan en ese tiempo diversas actividades deportivas, no existen equipos permanentes o ligas de competición permanentes, lo que dificulta el fomento al deporte.

Cabe señalar que la educación física en las escuelas de educación básica no sólo contribuye a mantener la salud de niñas, niños y adolescentes, sino que también contribuye en otros aspectos, como la mejora de las habilidades corporales, el fortalecimiento del trabajo en equipo, la capacidad de liderazgo, la disminución del estrés fomenta la socialización y aleja a la juventud de riesgos como la delincuencia o la drogadicción.

Actualmente, más de 24 millones de niñas, niños y adolescentes se encuentran estudiando la educación básica, tanto en instituciones de educación pública como en particulares, por lo que un mayor impulso a la realización de actividades físicas y deportivas coadyuvaría en la mejora en la salud de este sector poblacional y en la formación de una cultura de activación física.

El tiempo que actualmente se utiliza para realizar este tipo de actividades, al menos en las instituciones de educación pública, es insuficiente para mantener una salud adecuada. Se debería considerar realizar actividades físicas diariamente, si no como

⁵ Ley General de Educación, publicada en el Diario Oficial de la Federación el Día 30 de septiembre del 2019, última reforma publicada el día 7 de junio del 2024, disponible en: <https://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/pdf/LGE.pdf>

parte de una clase o materia, sí para fomentar la activación, lo cual podría ser incluso dentro del salón de clases con actividades de calistenia.

También sería importante considerar la realización de actividades deportivas durante los tiempos de receso, buscando involucrar a todas y todos. Esto, de la mano con las medidas para eliminar el consumo de comida chatarra en las escuelas coadyuvaría a generar una mejor salud en las y los estudiantes.

Finalmente, podría también considerarse la creación de ligas deportivas en diferentes disciplinas (fútbol soccer, fútbol americano, baloncesto, voleibol, baseball, entre otros), involucrando a las diferentes escuelas de la región, a fin de que los estudiantes realicen actividades deportivas de forma permanente y disciplinada.

Dentro de los Objetivos de Desarrollo Sostenible de la Agenda 2030 de la ONU, se prevé una meta que busca disminuir la inactividad física en los adultos y adolescentes al menos en un 15% para el año 2030. En este sentido, el impulso a actividades físicas en la educación básica, puede ser también una medida que coadyuve en el logro de dichos objetivos.

Más allá del costo que representa para el erario atender enfermedades cardiovasculares, obesidad y diabetes entre la población mexicana, es importante atender la salud de las y los menores de edad para darles una mejor calidad y esperanza de vida, así como construir una cultura de la activación física y del deporte.

Por lo anteriormente expuesto, someto a la consideración de esta Soberanía el siguiente:

PUNTO DE ACUERDO

ÚNICO: La Comisión Permanente del H. Congreso de la Unión exhorta respetuosamente al Gobierno Federal, a través de la Secretaría de Educación Pública, para que, en el ámbito de sus atribuciones, incremente el horario semanal destinado a la educación física en las escuelas de educación básica, a fin de mejorar la salud de las niñas, niños y adolescentes, así como para prevenir enfermedades cardiovasculares y obesidad.

Dado en la sede de la Comisión Permanente el día miércoles 23 de julio del 2025.

Atentamente



PAOLA MICHELL LONGORIA LÓPEZ
DIPUTADA FEDERAL