



**Ricardo**  
*Velázquez Meza*  
SENADOR



**PROPOSICIÓN CON PUNTO DE ACUERDO POR EL QUE SE EXHORTA RESPETUOSAMENTE A LA SECRETARÍA DE SALUD PARA QUE EN COORDINACIÓN CON LA COMISIÓN NACIONAL DEL DEPORTE FORTALEZCAN PROGRAMAS ESPECÍFICOS SOBRE ACTIVIDADES FÍSICAS Y ALIMENTACIÓN.**

El suscrito Senador de la República Ricardo Velázquez Meza, integrante de la LXIV Legislatura del Congreso de la Unión, perteneciente al Grupo Parlamentario de morena, con fundamento en lo dispuesto en los artículos 78 de la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos y, 58 y 60 del Reglamento para el Gobierno Interior del Congreso General de los Estados Unidos Mexicanos, someten a la consideración de esta soberanía, la siguiente Iniciativa con proyecto de decreto, al tenor de la siguiente:

**CONSIDERACIONES**

Una vida más sana, genera mentes fuertes, las actividades físicas pueden generar grandes cambios y mejores hábitos los cuales nos ayudan a llevar una vida más disciplinada que nos haga sentir mejor con nosotros mismos.

Es claro que nuestro ritmo de vida ha cambiado, y con ello, las actividades que antes eran comunes ahora se quedan en el lejano pasado. Las nuevas generaciones han ido adoptando las tecnologías en su modo de vida, ya no es común ver a niñas, niños y jóvenes reuniéndose y divirtiéndose a través actividades deportivas.

Si bien, este hecho había sido más común en años recientes, la pandemia del Covid-19 propicio el aumento de tiempo que le dedicamos a las tecnologías; el confinamiento para la población en general fue difícil, y a pesar de que, a través de programas de televisión transmitidos por el Gobierno Federal se promovió las actividades físicas queda en casa. Es necesario continuar impulsando el deporte de la mano con el Sector Salud, para así estar en oportunidad de hacer frente a las secuelas post-pandemia.



Es sabido que en años anteriores en materia de salud México era reconocido a nivel internacional por su alto índice de obesidad y enfermedades cardiovasculares como hipertensión y diabetes por mencionar algunas.

Dándole seguimiento al tema en esta materia la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económico (OCDE), durante su último informe presentado en el año 2020, afirmó que México cuenta con la mayor tasa de sobrepeso y obesidad entre su población, en contraste con otros países de América Latina, con ello se encontró que del 100% de su población adulta el 45% correspondía a hombres con este padecimiento, así mismo, las mujeres la padecían hasta en un 43% de su población.<sup>1</sup>

En el mismo informe encontramos que, las enfermedades que mayormente aquejan a la población mexicana son la hipertensión y la diabetes, solo por estas dos enfermedades la tasa de hospitalización alcanza 248.5 por cada 100 mil habitantes. Prácticamente el doble que el promedio de 122.5 en América Latina.<sup>2</sup>

Por otro lado, el Instituto de Seguridad y Servicios Sociales de los Trabajadores del Estado (ISSSTE), ha declarado que el 32% de la población que padece de obesidad se debe a una alimentación poco saludable y además a la falta de cultura del ejercicio.<sup>3</sup>

Por ello, dicho Instituto se dio a la tarea de remitir diversas recomendaciones para combatir la obesidad y sus enfermedades derivadas, las cuales son las siguientes:

1. Bebe agua simple. Entre 6 y 8 vasos al día (cada vaso de 250 mililitros); evita el consumo de refrescos, jugos o cualquier bebida que contenga azúcar.
2. Realiza actividad física. 30 minutos diarios es lo recomendable para adultos y una hora para niñas, niños y adolescentes.

---

<sup>1</sup> México, el país con mayor obesidad de AL: OCDE - Economía - La Jornada consultado el 01 de julio de 2022.

<sup>2</sup> México, el país con mayor obesidad de AL: OCDE - Economía - La Jornada consultado el 01 de julio de 2022.

<sup>3</sup> La Obesidad en México | Instituto de Seguridad y Servicios Sociales de los Trabajadores del Estado | Gobierno | [gob.mx](http://gob.mx) ([www.gob.mx](http://www.gob.mx)), consultado el 01 de julio de 2022.



3. Modifica tu alimentación. Aumenta el consumo de verduras y frutas y disminuye el consumo de alimentos que contengan grasas, carbohidratos y sal.

Sin embargo, considero que, además de mejorar nuestros hábitos alimenticios se debe propiciar a la actividad física, pero esta debe ser monitoreada. Pues de acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (OMS) la actividad física:

- Tiene importantes beneficios para la salud del corazón, el cuerpo y la mente.
- Contribuye a la prevención y gestión de enfermedades no transmisibles, como las enfermedades cardiovasculares, el cáncer y la diabetes.
- Reduce los síntomas de la depresión y la ansiedad.
- Mejora las habilidades de razonamiento, aprendizaje y juicio.
- Asegura el crecimiento y el desarrollo saludable de los jóvenes.
- Mejora el bienestar general.
- A nivel mundial, 1 de cada 4 adultos no alcanza los niveles de actividad física recomendados.
- Se podrían evitar hasta 5 millones de fallecimientos al año con un mayor nivel de actividad física de la población mundial.
- Las personas con un nivel insuficiente de actividad física tienen un riesgo de muerte entre un 20% y un 30% mayor en comparación con las personas que alcanzan un nivel suficiente de actividad física.
- Más del 80% de los adolescentes del mundo tienen un nivel insuficiente de actividad física.

Desafortunadamente, el panorama no es favorable en México, según datos del Instituto Nacional de Estadística Geografía e informática (INEGI), y la Comisión Nacional de Cultura Física y Deporte (CONADE), el 56.2 por ciento de los adultos



mexicanos no hace ningún tipo de actividad física, y lo que es aún peor, el 18 por ciento de ellos nunca ha practicado alguna actividad deportiva. Los pretextos más comunes son la falta de tiempo (57.9%), el cansancio después de trabajar (16%), problemas de salud (13%), falta de dinero (3%) y la pereza (2%).<sup>4</sup>

Asimismo, se sabe que en promedio la población mexicana únicamente destina cuatro horas en promedio a la semana para hacer actividad física, lo que hace que el impacto de estas actividades sea mínimo.

En este contexto, es importante resaltar que la actividad física puede ayudar a reducir la probabilidad de sufrir enfermedades cardiovasculares, diabetes, obesidad y algunos tipos de cáncer.

En este sentido, no omito felicitar a las y los mexicanos que han adoptado una vida saludable y que de manera frecuente realizan actividades físicas o algún deporte.

También, quiero reconocer el trabajo que el presidente Andrés Manuel López Obrador a través de la Secretaría de Educación Pública, misma que se ha encargado de promover la actividad física y el deporte entre la población estudiantil de México, formando así el hábito y esperando que de esta manera nuestras futuras generaciones sean reconocidas a nivel mundial por sus hazañas en la materia. No omito mencionar a la Comisión Nacional de Cultura Física y Deporte (CONADE), órgano descentralizado de la Secretaría antes citada y que es la encargada de promover dichas actividades de manera nacional.

Haciendo reflexión en lo anteriormente citado, entiendo y comprendo que es necesario fortalecer los lazos de trabajo y actividades entre las distintas Secretarías e incluyendo a los organismos de nivel federal. Como podemos llevar a cabo una sana y balanceada alimentación si no se tiene una adecuada actividad física o en su caso viceversa.

---

<sup>4</sup> [Datos sobre la actividad física en México \(directoalpaladar.com.mx\)](https://directoalpaladar.com.mx), consultado el 01 de julio de 2022.



Además, entendiendo que la Comisión Nacional de Cultura Física y Deporte (CONADE), estará a cargo de un órgano de gobierno denominado Junta Directiva y de las estructuras administrativas que se establezcan en el Estatuto Orgánico correspondiente. Mismo que, quedara establecido en el artículo 18 de la Ley General de Cultura Física y Deporte, que a su letra dice:

Artículo 18. La Junta Directiva a que se refiere el artículo anterior, estará integrada por representantes de cada una de las siguientes Dependencias:

- a) Secretaría de Educación Pública;
- b) Secretaría de Hacienda y Crédito Público;
- c) Secretaría de Relaciones Exteriores;
- d) Secretaría de Gobernación;
- e) Secretaría de Medio Ambiente y Recursos Naturales; f) Secretaría de la Defensa Nacional;
- g) Secretaría de Marina;
- h) Secretaría de Salud;
- i) Secretaría de Desarrollo Social, y
- j) Se deroga. Inciso derogado DOF 20-05-2021

La Junta Directiva será presidida por el titular de la SEP.

El Presidente de la Junta Directiva, convocará a participar como invitados permanentes al Contralor Interno y al Comisario propietario o suplente, designado por la Secretaría de la Función Pública, quienes participarán con voz pero sin voto.

De la misma manera, podrán ser invitados a participar con voz, pero sin voto, personalidades distinguidas de los sectores social y privado que por su relación, nexos, vinculación y aportaciones con la práctica de la activación física, la cultura



**Ricardo**  
*Velázquez Maza*  
SENADOR DCS



física y deporte e importancia de los asuntos a tratar en dicha reunión, tengan interés directo en la misma y puedan hacer aportaciones en la materia.<sup>5</sup>

Bajo este sentido y entendiendo que la Secretaría de Salud Pública, es integrante de dicha Mesa Directiva, debemos promover que médicos, nutriólogos y demás personal de la salud se integren en esquemas de la actividad deportiva, física y cultural.

Solo así, lograremos formar personas saludables y con una mejor calidad de vida.

Por lo anteriormente expuesto y fundado, el suscrito Senador del Grupo Parlamentario de morena, somete a la consideración de esta Honorable Asamblea, la aprobación de la siguiente:

#### **PUNTO DE ACUERDO**

**Único.** – La Comisión Permanente del H. Congreso de la Unión exhorta respetuosamente a la Secretaría de Salud para que en coordinación con la Secretaría de Educación Pública a través de la Comisión Nacional del Deporte fortalezcan programas específicos sobre actividades físicas y alimentación.

Dado en el salón de sesiones de la Comisión Permanente, Ciudad de México, a los seis días del mes de julio del año dos mil veintidós.

**ATENTAMENTE**



<sup>5</sup> <https://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/pdf/LGCFD.pdf>, consultado el 01 de julio de 2022.