



Silvia Isabel Chávez Garay

Diputada Local



**H. CONGRESO DEL ESTADO LIBRE Y SOBERANO DE TAMAULIPAS  
PRESENTE.**

La suscrita Diputada **Silvia Isabel Chávez Garay**, integrante del Grupo Parlamentario de MORENA, de la Legislatura 66 del Congreso del Estado de Tamaulipas, con fundamento en lo dispuesto en el artículo 64, fracción I, de la Constitución Política del Estado de Tamaulipas; 67, numeral 1, inciso e), y 93, numerales 1, 2 y 3 inciso c), de la Ley sobre la Organización y Funcionamiento Internos del Congreso del Estado Libre y Soberano de Tamaulipas, comparezco ante este Órgano Legislativo para promover la presente **INICIATIVA DE PUNTO DE ACUERDO PARA HACER UNA CORDIAL INVITACIÓN A LA SECRETARÍA DE EDUCACIÓN DEL ESTADO DE TAMAULIPAS PARA QUE EN EL ÁMBITO DE SUS ATRIBUCIONES INFORME CUÁLES SON LAS CAMPAÑAS DE ACTIVIDAD FÍSICA QUE SE TIENEN PROGRAMADAS EN EL ACTUAL CICLO ESCOLAR EN LAS ESCUELAS DE NIVEL BÁSICO DEL ESTADO DE TAMAULIPAS**, al tenor de la siguiente:

### EXPOSICIÓN DE MOTIVOS

La actividad física insuficiente se ha identificado como uno de los principales factores para la mortalidad global y este se encuentra en aumento en muchos países. La actividad física regular y adecuada, incluido cualquier movimiento corporal que requiera energía, puede reducir el riesgo de muchas enfermedades y trastornos no transmisibles, como la hipertensión, la enfermedad coronaria, los accidentes cerebrovasculares, la diabetes, el cáncer de mama y colon y la depresión.<sup>1</sup>

El 29 de marzo del presente año entraron en vigor los lineamientos generales a los que deberán sujetarse la preparación, distribución y expendio de los alimentos y

<sup>1</sup> *Actividad física.* (2022). Organización Panamericana de la Salud. <https://www.paho.org/es/temas/actividad-fisica#~:text=La%20actividad%20f%C3%ADsica%20regular%20y%20colon%20y%20la%20depresi%C3%B3n>.



# Silvia Isabel Chávez Garay

Diputada Local

bebidas preparados, procesados y a granel, así como el fomento de los estilos de vida saludables en alimentación dentro de todas las escuelas del Sistema Educativo Nacional<sup>2</sup>, los cuales tienen como propósito que México deje de ser el país con mayor índice de sobrepeso y obesidad infantil, lográndolo a través de la educación, para que estas generaciones de niñas y niños sea la más saludable, fuerte y feliz de la historia.

En relación con estos lineamientos, se entrelaza la necesidad de establecer actividad física diaria en las escuelas, para el desarrollo integral de las niñas y los niños, debido a que como se mencionó anteriormente no solo mejora la salud física, sino que también potencia el bienestar emocional, cognitivo y social de todas y todos los estudiantes, y puede establecer hábitos saludables que pueden perdurar a lo largo de la vida.

De acuerdo a la Organización Mundial de la Salud (OMS) se recomienda que las niñas y los niños realicen al menos 60 minutos diarios de actividad física moderada o intensa. Esta práctica contribuye al desarrollo de músculos y huesos fuertes, mejora la salud cardiovascular y ayuda a mantener un peso corporal saludable.<sup>3</sup>

La actividad física también ayuda a las niñas y niños con la liberación de endorfinas y con ello mejorar su estado de ánimo, reducir el estrés y la ansiedad. Además, mantiene buenos patrones de sueño y hace que el estudiante tenga más confianza en sus capacidades.<sup>4</sup>

La importancia de impulsar la actividad física diaria dentro de los planteles escolares de nivel básico fomentará la socialización, el trabajo en equipo y el

---

<sup>2</sup> [https://dof.gob.mx/nota\\_detalle.php?codigo=5740005&fecha=30/09/2024#gsc.tab=0](https://dof.gob.mx/nota_detalle.php?codigo=5740005&fecha=30/09/2024#gsc.tab=0)

<sup>3</sup> *Lanzamiento de una aplicación digital para impulsar la actividad física y animar a los niños a moverse.* (2022). Organización Mundial de la Salud. <https://www.who.int/es/news/item/19-11-2022-digital-app-released-to-boost-physical-activity---and-help-get-children-moving#~:text=La%20OMS%20recomienda%20que%20todos,menos%20tres%20veces%20por%20semana.>

<sup>4</sup> *La importancia de la actividad física para los niños.* (2020). Children's Museum. <https://www.cimosc.org/es/the-importance-of-physical-activity-for-kids/>



# Silvia Isabel Chávez Garay

Diputada Local

respeto hacia los demás, con esto las niñas y niños aprenden a comunicarse, resolver conflictos y desarrollar habilidades de liderazgo, los cuales son fundamentales para su desarrollo personal y para establecer relaciones interpersonales saludables.

Es común pensar, erróneamente, que la forma de aprovechar al máximo la actividad física es llegar a estar totalmente exhausto, de acuerdo con diversas investigaciones, los mayores beneficios para la salud cardiovascular se obtienen con una actividad física de nivel moderado, a mayor nivel de intensidad, el riesgo de lesiones se incrementa así como los beneficios cardiovasculares disminuyen, incrementándose en su lugar los beneficios al desempeño físico, propio de los buscados por atletas y deportistas.

En nuestro país el 80% de niñas, niños y adolescentes no realiza actividad física regular, lo que tiene un efecto a corto y largo plazo en el aumento del sobrepeso y obesidad, así como el desarrollo de la capacidad cognitiva.<sup>5</sup> En las escuelas de nivel básico la actividad física se promueve a través de la Educación Física, la cual es parte del currículo escolar.

Esta materia está orientada hacia la prevención, promoción y cuidado de la salud, por medio de diferentes estrategias que favorecen la práctica y gusto por la actividad física a través del juego, la iniciación deportiva y el deporte escolar; la organización de actividades para el disfrute del tiempo libre, pláticas sobre nutrición, adicciones; talleres de activación física que contribuyan a promover la práctica del ejercicio como forma de vida saludable.

A pesar de ello, en las escuelas de nivel primaria solo imparte 1 hora a la semana y a nivel secundaria dos horas a la semana, y de acuerdo con la OMS como se

---

<sup>5</sup> *Actividad física en las escuelas mejora el desarrollo psicomotor y cognitivo.* (2022). Gobierno de México. <https://www.gob.mx/salud/prensa/111-actividad-fisica-en-las-escuelas-mejora-el-desarrollo-psicomotor-y-cognitivo#?text=Actividad%20f%C3%ADsica%20en%20las%20escuelas%20mejora%20el%20desarrollo%20psicomotor%20y%20cognitivo.&text=No%20obstante%2C%20en%20M%C3%A9xico%20hasta%2080%20por,como%20en%20el%20desarrollo%20y%20capacidad%20cognitiva>.



# Silvia Isabel Chávez Garay

Diputada Local

mencionó anteriormente, esta recomienda que sean 60 minutos diarios, por lo que no se cumple con el tiempo de actividad física recomendado. Los artículos 88 y 89 de la Ley General de Cultura Física y Deporte<sup>6</sup>, indican lo siguiente:

**“Artículo 88.** *La cultura física deberá ser promovida, fomentada y estimulada en todos los niveles y grados de educación y enseñanza del país como factor fundamental del desarrollo armónico e integral del ser humano.*

*La Federación, las entidades federativas, los Municipios y las demarcaciones territoriales de la Ciudad de México, se coordinarán, en el ámbito de sus respectivas competencias, involucrando la participación de los sectores social y privado, para realizar las acciones generales siguientes:*

- I. *Difundir programas y actividades que den a conocer los contenidos y valores de la cultura física y deportiva;*
- II. *Promover, fomentar y estimular las actividades de cultura física con motivo de la celebración de competiciones o eventos deportivos;*
- III. *Promover, fomentar y estimular las investigaciones sobre la cultura física y los resultados correspondientes;*
- IV. *Promover, fomentar y estimular el desarrollo de una cultura deportiva nacional que haga del deporte un bien social y un hábito de vida; Difundir el patrimonio cultural deportivo;*
- V. *Promover certámenes, concursos o competiciones de naturaleza cultural deportiva, y*
- VI. *Las demás que dispongan otras leyes u ordenamientos aplicables.*

**Artículo 89.** *La CONADE en coordinación con la SEP, las entidades federativas, los Municipios y las demarcaciones territoriales de la Ciudad de México planificará y promocionará el uso óptimo de las instalaciones*

<sup>6</sup> <https://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/pdf/LGCFD.pdf>



# Silvia Isabel Chávez Garay

Diputada Local

*deportivas de carácter público, para promover y fomentar entre la población en general la práctica de actividades físicas y deportivas.”*

Como se puede observar en los artículos antes citados, el Estado debe promover y estimular en todos los niveles de educación la actividad física para crear un desarrollo integral y armónico, por lo que es de suma importancia impartir al menos 60 minutos diarios a todos y todas las niñas del nivel básico de educación.

Con la incorporación de la actividad física diaria en las escuelas, se puede ayudar a combatir el sedentarismo, lo cual es una de las principales preocupaciones de salud pública en la actualidad. En nuestro Estado, la Secretaría de Educación Pública ha implementado programas como Educación Saludable, el cual busca mejorar las condiciones de salud de los alumnos mediante la promoción de la actividad física, la alimentación adecuada y la prevención de enfermedades. Además, de realizar Jornadas Educativas llamadas, “Valorando mi Salud” en diversas escuelas, donde se abordan temas como la activación física y hábitos saludables, involucrando a estudiantes, docentes y familias en la construcción de una cultura de salud.<sup>7</sup>

Junto con este programa se puede implementar en todas las escuelas de nivel básico una mayor cantidad de horas de actividad de física, para lograr un desarrollo integral de los estudiantes, a través de campañas y adaptando programas educativos, ya que no solo permitirá mejorar la salud física, sino que también potencia el bienestar emocional, cognitivo y social, garantizando así un futuro más saludable y equilibrado para las nuevas generaciones, en beneficio de todas y todos los niños tamaulipecos.

Por lo anteriormente expuesto, la que suscribe, me permito someter este tema a la consideración y votación de este Pleno Legislativo. En ese sentido, se propone el siguiente:

## **PUNTO DE ACUERDO**

<sup>7</sup> Programa Educación Saludable. (2021). Gobierno del Estado de Tamaulipas. <https://www.tamaulipas.gob.mx/educacion/programa-educacion-saludable/>



# Silvia Isabel Chávez Garay

Diputada Local

**ÚNICO.** La 66 Legislatura del Honorable Congreso del Estado Libre y Soberano de Tamaulipas, con pleno respeto a su esfera de competencia, informe cuáles son las campañas de actividad física que se tienen programadas en el actual ciclo escolar en las escuelas de nivel básico del Estado de Tamaulipas.

## TRANSITORIOS

**PRIMERO.** El presente Punto de Acuerdo surtirá efectos a partir de su expedición y deberá publicarse en el Periódico Oficial del Estado.

**SEGUNDO.** Después de su expedición, remítase el presente Acuerdo, a la autoridad señalada, para su conocimiento y atención conducentes.

Dado en el Recinto Oficial del Congreso del Estado de Tamaulipas, al día 10 del mes de Junio de 2025.

**ATENTAMENTE**

**DIP. SILVIA ISABEL CHÁVEZ GARAY**