

H. Congreso del Estado de Nuevo León



LXXVII Legislatura

PROMOVENTE: C. DIP. ANA MELISA PEÑA VILLAGÓMEZ, INTEGRANTE DEL GRUPO LEGISLATIVO DE MOVIMIENTO CIUDADANO DE LA LXXVII LEGISLATURA

ASUNTO RELACIONADO: MEDIANTE EL CUAL PRESENTA INICIATIVA DE REFORMA AL ARTÍCULO 15 DE LA LEY DE JUVENTUD PARA EL ESTADO DE NUEVO LEÓN.

INICIADO EN SESIÓN: 28 DE ENERO DEL 2026

SE TURNÓ A LA (S) COMISIÓN (ES): DE JUVENTUD

Mtro. Joel Treviño Chavira
Oficial Mayor



H. CONGRESO DEL ESTADO DE NUEVO LEÓN P R E S E N T E.-

La suscrita **DIP. ANA MELISA PEÑA VILLAGÓMEZ** Integrante del Grupo Legislativo de Movimiento Ciudadano con fundamento en lo dispuesto en los artículos 87 y 88 de la Constitución Política del Estado Libre y Soberano de Nuevo León; y los diversos 102, 103 y 104 del Reglamento para el Gobierno Interior del Congreso del Estado, acudo ante esta Soberanía proponer **INICIATIVA PARA REFORMAR LAS FRACCIONES IX Y X, Y POR ADICIÓN LA FRACCIÓN XI AL ARTÍCULO 15 DE LA LEY DE LA JUVENTUD PARA EL ESTADO DE NUEVO LEÓN**, lo anterior al tenor de la siguiente:

EXPOSICIÓN DE MOTIVOS

En las últimas dos décadas hemos sido testigos de una transformación acelerada en la vida cotidiana de las juventudes. La tecnología, que hace algunos años funcionaba únicamente como una herramienta de apoyo, se ha convertido en un elemento indispensable para su desarrollo académico, social y emocional.

La digitalización ha avanzado con tal velocidad que nuestras estructuras educativas, familiares, sanitarias y sociales no han logrado adaptarse completamente a los cambios que conlleva. En este contexto, las y los jóvenes de Nuevo León no solo viven en un mundo distinto al de generaciones pasadas, sino que enfrentan retos que antes no existían y que requieren atención urgente.

La presencia permanente de teléfonos inteligentes, computadoras, redes sociales, plataformas de comunicación y aplicaciones educativas ha configurado un entorno donde el acceso a la información, la interacción social y el entretenimiento ocurre principalmente en línea. Si bien este ecosistema digital ha ampliado horizontes,

facilitado aprendizajes y permitido nuevas formas de expresión, también ha generado presiones y exigencias que afectan de manera profunda el bienestar emocional de nuestras juventudes. Hoy es común que las y los jóvenes permanezcan conectados desde que despiertan hasta antes de dormir, sujetos a una dinámica de inmediatez, exposición constante y estímulos continuos que rara vez se detienen.

A lo largo de este tiempo hemos observado cómo este estilo de vida digital tiene efectos directos en su comportamiento, en su salud emocional, en su rendimiento escolar y en sus relaciones interpersonales. La tecnología, pese a sus beneficios, también impone exigencias complejas: la necesidad de estar siempre disponibles, la presión por responder de inmediato, la comparación constante con las vidas de otros usuarios, la exposición a contenido potencialmente dañino y la saturación informativa que, lejos de orientar, confunde y abruma.

Estas condiciones han derivado en una afectación conocida como tecnoestrés, término que describe el estrés, agotamiento emocional o tensión psicológica causada por el uso excesivo, acelerado o inadecuado de tecnologías digitales. Este fenómeno, cada vez más identificado por especialistas en salud mental, se manifiesta en irritabilidad, ansiedad, fatiga, dificultades de concentración, alteraciones del sueño, disminución del rendimiento académico, aislamiento emocional, dependencia digital y sensación de saturación mental.

Estas manifestaciones no son aisladas, sino consecuencia de un estilo de vida en el que estudiar, trabajar, relacionarse, entretenerse e incluso descansar depende de las pantallas. La línea entre la vida personal, académica y social se ha difuminado, y las juventudes deben adaptarse a estas nuevas demandas sin contar siempre con las herramientas necesarias para afrontarlas. Muchos jóvenes sienten

la presión de mantenerse actualizados, disponibles y dinámicos en todo momento, aun cuando estas expectativas rebasan sus capacidades emocionales.

A ello se suma la sobrecarga informativa, también llamada infoxicación, que se ha convertido en un fenómeno cotidiano. La cantidad abrumadora de contenido que reciben a través de redes sociales, noticias y plataformas digitales debe ser procesada casi de manera automática. Esta abundancia informativa, lejos de facilitar la toma de decisiones, puede generar confusión, ansiedad, presión emocional y una percepción distorsionada de la realidad.

Presenciamos cada vez más cómo las y los jóvenes intentan mantenerse al día con tendencias, conversaciones, noticias y dinámicas sociales que cambian con una velocidad sin precedentes. Esta presión, externa e interna, provoca sentimientos de insuficiencia, agotamiento y saturación emocional. En otros casos, la búsqueda de validación digital mediante “likes”, comentarios o seguidores se convierte en un factor determinante de su autoestima y bienestar emocional.

El reto que enfrentan nuestras juventudes es significativo. Vivimos en una época en la que la tecnología resulta indispensable para estudiar, trabajar y participar socialmente; sin embargo, su uso sin acompañamiento institucional ni regulación emocional puede generar afectaciones que antes no existían. El tecnoestrés representa una nueva dimensión del bienestar juvenil que debe ser atendida desde la salud pública.

Por ello, y toda vez que la Ley de la Juventud para el Estado de Nuevo León reconoce derechos relacionados con la salud física y mental, la prevención de riesgos, la orientación psicológica y la realización de campañas de salud. Consideramos que esta legislación requiere actualizarse para incluir las nuevas

realidades que afectan la salud mental, especialmente aquellas vinculadas al entorno digital.

Hoy, la salud mental no puede entenderse sin considerar el impacto de las tecnologías, las redes sociales, la saturación de información y la presión psicosocial derivada de estos entornos.

La presente reforma propone incorporar la prevención del tecnoestrés dentro de las acciones dirigidas a la salud de las juventudes. Con ello se reconoce oficialmente una problemática que afecta a miles de jóvenes y que, de no atenderse, puede derivar en trastornos emocionales, aislamiento social, alteraciones del sueño, ansiedad y afectaciones más severas que comprometen su desarrollo integral.

Nuevo León ha demostrado en diversas ocasiones su compromiso con el bienestar de sus juventudes; sin embargo, dicho compromiso debe actualizarse conforme evoluciona la realidad tecnológica y emocional que viven las nuevas generaciones. Esta reforma busca fortalecer el marco jurídico para brindar un acompañamiento más completo, actual y sensible a sus necesidades.

La inclusión del tecnoestrés en la legislación representa el reconocimiento de una problemática emergente que hoy afecta a miles de jóvenes. Con esta reforma se permitirá que las instituciones públicas diseñen políticas más completas y orientadas a la realidad digital, promoviendo campañas de prevención, servicios de orientación psicológica y estrategias de acompañamiento emocional que contribuyan a equilibrar la relación entre juventud y tecnología. Con ello buscamos garantizar un desarrollo sano, pleno y emocionalmente estable, asegurando que la tecnología funcione como una herramienta de crecimiento y no como una fuente de desgaste emocional.

Con base en lo expuesto, se propone adicionar una fracción XI al artículo 15 de la Ley de la Juventud para el Estado de Nuevo León, y para mayor comprensión de esta reforma se acompaña el siguiente cuadro comparativo:

LEY DE LA JUVENTUD PARA EL ESTADO DE NUEVO LEÓN	
TEXTO VIGENTE	REFORMA PROPUESTA
Artículo 15.- Las políticas y programas de fomento a la salud, tendrán por objeto: I. ... a VIII. ... IX.- Promover campañas relacionadas a la difusión y fortalecimiento de la salud mental; y X.- Promover que en los centros de salud públicos se entreguen de manera gratuita preservativos y anticonceptivos; que se diseñen e impartan cursos de salud sexual y reproductiva y las consecuencias y riesgos de los embarazos no planeados, no deseados o en condiciones de riesgo	Artículo 15.- ... I. ... a VIII. ... IX.- Promover campañas relacionadas a la difusión y fortalecimiento de la salud mental; X.- Promover que en los centros de salud públicos se entreguen de manera gratuita preservativos y anticonceptivos; que se diseñen e impartan cursos de salud sexual y reproductiva y las consecuencias y riesgos de los embarazos no planeados, no deseados o en condiciones de riesgo; y XI. Promover acciones de prevención, orientación y atención relacionadas con las afectaciones a la salud física y mental derivadas del uso excesivo o inadecuado de Internet, redes sociales y tecnologías de la información, tales como ansiedad digital, alteraciones del sueño, sobrecarga informativa y tecnoestrés, entendidos estos como formas de tensión psicológica generadas por el uso continuo de herramientas digitales; así como otros efectos que impacten el bienestar emocional de las y los jóvenes, fomentando prácticas de autocuidado y equilibrio en el uso de entornos digitales.

Por lo antes expuesto, solicito que una vez que se siga con el procedimiento legislativo que corresponda, en su momento se ponga a consideración de esta Soberanía el siguiente Proyecto de:

DECRETO

ARTÍCULO UNICO.- Se REFORMAN las fracciones IX y X y se ADICIONA la fracción XI al artículo 15 de la **Ley de la Juventud para el Estado de Nuevo León**, para quedar como sigue:

Artículo 15.- . . .

IX.- Promover campañas relacionadas a la difusión y fortalecimiento de la salud mental;

X.- Promover que en los centros de salud públicos se entreguen de manera gratuita preservativos y anticonceptivos; que se diseñen e impartan cursos de salud sexual y reproductiva y las consecuencias y riesgos de los embarazos no planeados, no deseados o en condiciones de riesgo; y

XI. Promover acciones de prevención, orientación y atención relacionadas con las afectaciones a la salud física y mental derivadas del uso excesivo o inadecuado de Internet, redes sociales y tecnologías de la información, tales como ansiedad digital, alteraciones del sueño, sobrecarga informativa y tecnoestrés, entendidos estos como formas de tensión psicológica generadas por el uso continuo de herramientas digitales; así como otros efectos que impacten el bienestar emocional de las y los jóvenes, fomentando prácticas de autocuidado y equilibrio en el uso de entornos digitales.

TRANSITORIO

UNICO. - El presente Decreto entrara en vigor al día siguiente de su publicación en el Periódico Oficial del Estado.

Monterrey, N.L. a enero de 2026



DIP. ANA MELISA PEÑA VILLAGOMEZ

