

Año: 2022

Expediente: 15201/LXXVI

# H. Congreso del Estado de Nuevo León



## LXXVI Legislatura

**PROMOVENTEC.** DIP. ANA ISABEL GONZÁLEZ GONZÁLEZ, INTEGRANTE DEL GRUPO LEGISLATIVO DEL PARTIDO REVOLUCIONARIO INSTITUCIONAL DE LA LXXVI LEGISLATURA

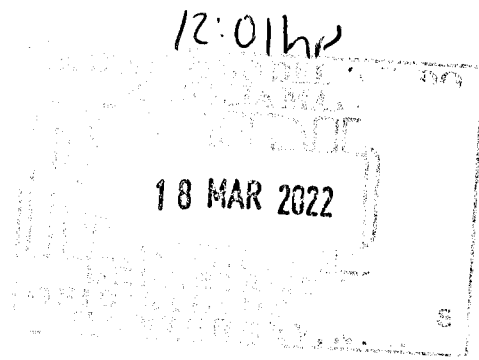
**ASUNTO RELACIONADO:** MEDIANTE EL CUAL PRESENTA INICIATIVA DE REFORMA AL ARTÍCULO 16 DE LA LEY DE EDUCACIÓN DEL ESTADO DE NUEVO LEÓN, EN MATERIA DE LA PROMOCIÓN PARA LA REALIZACIÓN DE POR LO MENOS 30 MINUTOS DE ACTIVACIÓN FÍSICA EN LOS ESCOLARES, SUS DOCENTES Y DIRECTIVOS.

**INICIADO EN SESIÓN:** 22 de marzo del 2022

**SE TURNÓ A LA (S) COMISION (ES):** Educación, Cultura y Deporte

**Mtra. Armida Serrato Flores**

**Oficial Mayor**



**DIP. IVONNE LILIANA ÁLVAREZ GARCÍA**  
**PRESIDENTA DEL CONGRESO DEL ESTADO DE NUEVO LEÓN**  
**P R E S E N T E .**

La Diputada **ANA ISABEL GONZÁLEZ GONZÁLEZ** y los Diputados integrantes del Grupo Legislativo del Partido Revolucionario Institucional de la Septuagésima Sexta Legislatura al Honorable Congreso del Estado de Nuevo León, en ejercicio de las atribuciones establecidas en la Constitución Política del Estado Libre y Soberano de Nuevo León, en su artículos 68 y 69, así como los diversos 102, 103 y 104 del Reglamento para el Gobierno Interior del Congreso del Estado, presentamos ante esta Soberanía, iniciativa con proyecto de Decreto por el que se Reforma la fracción XIII del artículo 16 Ley de Educación del Estado, al tenor de la siguiente:

### **EXPOSICIÓN DE MOTIVOS**

Consecuencia de un aumento de enfermedades causadas por malos hábitos dentro de nuestro país, como la diabetes, hipertensión, obesidad, mala circulación, en las últimas décadas, se han lanzado convocatorias tanto de la administración pública como de la iniciativa privada para que se haga un cambio dentro de nuestra rutina diaria y adoptemos un espacio de treinta minutos para dedicarlo a una actividad física.

Múltiples estudios científicos demuestran que treinta minutos diarios enfocados en una actividad física, pueden mejorar significativamente nuestra salud, es decir, activa cada uno de los órganos del cuerpo, traduciéndose en beneficios tales como ayuda en control en el peso, a través del metabolismo de las grasas, aumenta la densidad ósea (ayuda para la prevención de la osteoporosis), desarrolla fuerza muscular, favorece la movilidad articular y la resistencia física, también, ayuda en el control de azúcar en la sangre (para contrarrestar la diabetes), regula la presión

arterial, de igual forma mejora la coordinación, reflejos y el tono muscular, ayuda al funcionamiento intestinal, así como, mejora la calidad del sueño e incluso tiende a mejorar el ánimo.

Las actividades físicas que se pueden desarrollar durante esa media hora, pueden ir desde una simple caminata a un ejercicio completo que comprenda el calentamiento, la fase medular y la relajación, es decir, no es necesario practicar deportes vigorosos, pertenecer a un gimnasio o adquirir equipo especial, sino que solo es necesario cumplir con alguna sencilla rutina, también cabe destacar que no esta recomendación la puede seguir cualquier persona sin importar su edad.

Es necesario seguir incentivando esta práctica dentro de la sociedad, para poder contrarrestar todos los malos hábitos que perjudican nuestra calidad de vida, debemos seguir abonando a trasladar las buenas acciones a que forman parte de la normatividad y poder hacer partícipes a las autoridades, en este caso específico las autoridades escolares.

Aunado a lo anterior debemos hacer que las autoridades cumplan con su responsabilidad de hacer mejoras a sus planes de estudio y se desarrollen programas encaminados a que los alumnos, los profesores e incluso las mismas autoridades tengan destinados treinta minutos mínimos dedicados a una actividad física.

Ahora bien, estamos pasando por una etapa complicada en la que se está saliendo del confinamiento causado por el SARS-Cov2 (COVID-19), y los alumnos están regresando a tomar clases de forma presencial dentro de los planteles educativos, es por ello que considero importante establecer programas que ayuden a todos los que acuden a los planteles educativos, tanto alumnos como docentes, para mantenerse con buena salud.

Destinar treinta minutos durante la jornada escolar, puede sonar una medida de poca relevancia, sin embargo, debemos estar conscientes de todos los beneficios, que esta pequeña acción trae consigo, como lo mencionaba en párrafos anteriores, debemos de empezar por pequeñas acciones para que el día de mañana podamos ver los grandes resultados.

A continuación, con fines de ilustrar la propuesta de reforma se presenta el siguiente cuadro comparativo:

Ley de Educación del Estado	
Texto vigente	Texto propuesto
Artículo 16. Para garantizar el cumplimiento de lo dispuesto en esta sección las autoridades educativas, en el ámbito de sus respectivas competencias, llevarán a cabo las actividades siguientes:	Artículo 16.- ...
I. a XXII. ...	I. a XXII. ...
XXIII.- Desarrollarán programas integrales de educación física que fomenten en los educandos la importancia de practicar el ejercicio como herramienta para cuidar la salud y el estado físico; y	XXIII.- Desarrollarán programas integrales de educación física <b>y deporte</b> que fomenten en los educandos la importancia de practicar el ejercicio como herramienta para cuidar la salud y el estado físico.  <b>Dichos programas deberán incluir, que durante la jornada escolar se contribuya a la realización de por lo menos 30 minutos mínimos de activación física para los alumnos, sus docentes y directivos; y</b>
XXIV. ...	XXIV. ...

Como lo observamos en el cuadro comparativo anterior, el objetivo de esta iniciativa, no solo es hacer que los alumnos, docentes y autoridades hagan alguna actividad física dentro de su jornada estudiantil, sino que se busca crear un hábito que perdure dentro de las personas, de igual forma busca crear conciencia respecto de la salud y su importancia que es cuidarla.

Por lo anteriormente expuesto es que me dirijo a esta Soberanía para presentar el siguiente:

### DECRETO

**Primero.** Se Reforma la fracción XIII del artículo 16 Ley de Educación del Estado, para quedar como sigue:

Artículo 16.- ...

I. a XXII. ...

XXIII.- Desarrollarán programas integrales de educación física **y deporte** que fomente en los educandos la importancia de practicar el ejercicio como herramienta para cuidar la salud y el estado físico.

**Dichos programas deberán incluir, que durante la jornada escolar se contribuya a la realización de por lo menos 30 minutos mínimos de activación física para los alumnos, sus docentes y directivos; y**

XXIV. ...

### TRANSITORIO:

**Único:** El presente Decreto entrará en vigor al día siguiente de su publicación en el Periódico Oficial del Estado.

Monterrey, N.L., marzo de 2022

**GRUPO LEGISLATIVO DEL  
PARTIDO REVOLUCIONARIO INSTITUCIONAL**



**DIPUTADA ANA ISABEL GONZÁLEZ GONZÁLEZ**

