

San Raymundo Jalpan, Centro, Oax., a 09 de julio del 2020.

LIC. JORGE A. GONZÁLEZ ILLESCAS
SECRETARIO DE SERVICIOS PARLAMENTARIOS DE LA
LXIV LEGISLATURA DEL H. CONGRESO DEL ESTADO
P R E S E N T E:

11:50hrs

La que suscribe Diputada Migdalia Espinosa Manuel, integrante de esta Sexagésima Cuarta Legislatura del H. Congreso del Estado de Oaxaca, con fundamento en los artículos 50 fracción I de la Constitución Política del Estado Libre y Soberano de Oaxaca; 30 fracción I y 104 fracción I, de la Ley Orgánica del Poder Legislativo del Estado de Oaxaca; 54 fracción I y 55 del Reglamento Interior del Congreso del Estado Libre y Soberano de Oaxaca, me permito someter a consideración de esta Honorable Soberanía el siguiente proyecto de Decreto, lo anterior para que sea tan amable de enlistarlo para la próxima sesión.

ATENTAMENTE
SUFRAGIO EFECTIVO. NO REELECCIÓN
EL RESPETO AL DERECHO AJENO ES LA PAZ



H. CONGRESO DEL ESTADO DE OAXACA
LXIV LEGISLATURA

lic. Chinino
12:00hrs

DIRECCIÓN DE APOYO
LEGISLATIVO

Migdalia Espinosa Manuel
Mig
DIP. MIGDALIA ESPINOSA MANUEL
Distrito XI, Matías Romero Avendaño.

H. CONGRESO DEL ESTADO DE OAXACA
LXIV LEGISLATURA
DIP MIGDALIA ESPINOSA MANUEL
DISTRITO XI
MATÍAS ROMERO AVENDAÑO

San Raymundo Jalpan, Centro, Oax., a 09 de julio del 2020.

LIC. JORGE A. GONZÁLEZ ILLESCAS
SECRETARIO DE SERVICIOS PARLAMENTARIOS DE LA
LXIV LEGISLATURA DEL H. CONGRESO DEL ESTADO
P R E S E N T E:

La que suscribe Diputada Migdalia Espinoza Manuel, integrante de esta Sexagésima Cuarta Legislatura del H. Congreso del Estado de Oaxaca, con fundamento en los artículos 50 fracción I de la Constitución Política del Estado Libre y Soberano de Oaxaca; 30 fracción I y 104 fracción I, de la Ley Orgánica del Poder Legislativo del Estado de Oaxaca; 54 fracción I y 55 del Reglamento Interior del Congreso del Estado Libre y Soberano de Oaxaca, me permito someter a consideración de esta Honorable Soberanía el siguiente proyecto Decreto, de conformidad con la siguiente:

EXPOSICIÓN DE MOTIVOS

PRIMERO.- Actualmente, las enfermedades crónicas no transmisibles, representan un gran problema de salud pública, al constituirse en una de las principales causas de muerte y discapacidad tanto en países desarrollados como en desarrollo.

Entre estas enfermedades, están las cardiovasculares, el cáncer, la diabetes mellitus, las enfermedades respiratorias crónicas, entre otras; las cuales están directamente relacionadas al estilo de vida, siendo el sedentarismo en



conjunto con el tabaquismo y la dieta desequilibrada, los principales factores de riesgo responsables de su desarrollo.

En efecto cada hora mueren doce personas a causa de la diabetes. Así mismo, uno de cada cuatro mexicanos sufre hipertensión. Este cuadro evidencia que es indispensable que el estado promueva actividades para prevenir que la ciudadanía tenga enfermedades de esta naturaleza, y que mejor acción preventiva que el desarrollo de actividades físicas.

Aunado a ello, según datos proporcionados por la Organización Mundial de la Salud, la inactividad física es uno de los principales factores de riesgo de padecer enfermedades no transmisibles como son las enfermedades cardiovasculares, el cáncer y la diabetes. La Organización Mundial de la Salud señala que más del 80% de la población adolescente del mundo no tiene un suficiente nivel de vida saludable.

SEGUNDO.- Se entiende por vida saludable a aquella forma de vida en la cual la persona mantiene un armónico equilibrio en su dieta alimentaria, actividad física, intelectual, recreación (sobre todo al aire libre) descanso, higiene y paz espiritual.

Para llevar una vida saludable deben evitarse todo tipo de excesos: es tan malo comer mucho como comer demasiado poco, en este sentido deben escogerse los alimentos más nutritivos, en especial cereales, frutas y verduras, y beber abundante agua, manteniendo un peso corporal adecuado. La moda ha impulsado a las personas a bajar de peso para mostrarse sumamente delgadas, lo que lleva a muchos jóvenes a enfermedades como la bulimia y la anorexia que ponen en riesgo su vida.



Con los demás aspectos sucede algo parecido. Por ejemplo, se debe dormir aproximadamente ocho horas por día, caminar veinte cuadras diarias (de acuerdo a la edad y estado físico general). Nada debe vivirse como una obsesión, pensar todo el tiempo en las cosas que podrían afectarnos y evitarlas desesperadamente, solo conducirá a alterar el equilibrio psicológico.

Debe además, evitarse las drogas, el alcohol, el tabaco, la automedicación; y consultar al médico en casos de que se sientan síntomas de alguna patología, y una vez al año, como rutina, luego de los 40 años, para hacer análisis, estudios cardiológicos, y controlar la presión arterial.

En la actualidad las condiciones de vida hacen difícil evitar el stress y los apuros cotidianos; se tiende a comer rápido y mal, consumir productos ricos en grasas y colorantes, dormir poco, tratar de tener cada vez más cosas materiales quitando tiempo al ocio y a la vida social, que también son partes necesarias de una vida sana. Muchas de las enfermedades reconocen su origen en el estilo de vida moderno.

TERCERO.- la Constitución Política del Estado Libre y Soberano de Oaxaca, en su artículo 12, párrafo séptimo, garantiza el derecho a la salud, a través del siguiente texto:

"En el ámbito territorial del Estado Libre y Soberano de Oaxaca, toda persona tiene derecho a la protección de la salud, este implicará la participación de todos los órganos de poder público, para que en la medida de sus competencias hagan funcional este derecho fundamental. La Ley definirá las bases y modalidades para el acceso a los servicios de salud. Establecerá la participación del Gobierno del Estado en materia de salubridad general concurrente, atendiendo a lo dispuesto por la Legislación Sanitaria

Federal. Asimismo definirá la competencia del Estado y de los Municipios en materia de salubridad local."

Ante la realidad de salud que vivimos, el estado debe realizar todas las acciones necesarias para garantizar al derecho a salud pública. Una vertiente primordial es a través de las acciones preventivas.

En declaraciones recientes el Secretario de Educación Pública manifestó que en el próximo ciclo escolar se modificará el contenido de las materias escolares, a fin de implementar nuevos materiales en las signaturas de civismo, de ética, de formación de valores y de cultura de paz; así mismo manifestó la implementación de una nueva materia denominada vida saludable, la cual incluirá temas como higiene personal y familiar, nutrición, ejercicio y consumo de sustancias tóxicas.

Todas las propuestas de modificación al plan de estudios serán con la finalidad de proporcionar una educación integral y humanistas a las niñas y niños.

Los hábitos de vida saludable son una asignatura olvidada en nuestra sociedad ya que, según la Organización Mundial de la Salud (OMS), las enfermedades cardiovasculares relacionadas directamente con conductas negativas que afectan la salud, son la principal causa de muerte en el mundo. Estas conductas dependen del comportamiento y de la actitud de las personas en su vida cotidiana, ya que la salud se relaciona en gran parte con la alimentación y estilo de vida.

Los hábitos alimenticios se transmiten se transmiten de padres a hijos y están influidos por factores como lugar geográfico, clima, vegetación, costumbres y experiencias, pero también tienen que ver con la capacidad de



adquisición, la forma de selección y preparación de los alimentos y la manera de consumirlos.

La finalidad de las modificaciones en los planes de estudio es que el maestro aborde en el aula situaciones concretas en entornos cercanos de los alumnos, como lo que ahora ocurre con la pandemia por COVID-19 que ha trastocado la normalidad de las familias, los alumnos, sus escuelas y la forma en que viven esta contingencia.

En efecto, nuestros niños, adolescentes y juventud mexicana y sobre todo oaxaqueña se ven afectados por el confinamiento en variados aspectos: sociales, educativos, psicológicos, entre otros.

La comprensión de la enfermedad, su comportamiento pandémico y sus consecuencias en prácticamente todas las esferas de la vida no es sencilla. Se trata de un fenómeno que irrumpió en nuestras vidas de manera abrupta y, por lo mismo, se requiere entenderlo como objeto de conocimiento y desde una perspectiva educativa.

Es indispensable coadyuvar con la comunidad estudiantil para que nuestros niños puedan comprender los fenómenos de la vida que nos rodea y puedan ser capaces de actuar sobre ellos y así conducirse cuidándose a sí mismos y a los demás. De esta manera se preparará a los estudiantes para la vida actual y futura.

Por ello cobra mayor relevancia que las futuras generaciones reciban información educativa para tener una vida saludable que implica higiene personal y familiar, nutrición, ejercicio y consumo de sustancias tóxicas. Es una forma de asumir los nuevos retos educativos y de salud. Sobre todo, en nuestro país y en nuestra entidad.

Es hora de crear conciencia, fundamentando valores sociales y responsabilidades públicas que orienten a desarrollar estrategias y conductas que permitan preservar la salud y mejorar la calidad de vida. Una vida saludable es la base de una sociedad sana, que garantiza a sus individuos gozar plenamente sus años de vida.

Una nutrición adecuada, una actividad física apropiada, evitar hábitos nocivos y tener una buena actitud ante la vida, son sin duda las mejores cualidades para lograr una vida saludable.

Es hora de crear conciencia, para preservar la salud, mejorar la calidad de vida y aumentar la longevidad. Es urgente que a la brevedad posible se implemente en la entidad esta nueva asignatura. Vamos contra tiempo, porque en pocos meses iniciará el nuevo ciclo escolar. Oaxaca no debe quedar atrás y debe realizar todas las acciones necesarias para lograr incorporar esta nueva materia en su plan educativo con el objetivo de proporcionar a los niños oaxaqueños, la materia de salud física, psíquica y social en relación con su entorno natural y cultural de su comunidad. De esta manera reflexionarán sobre los hábitos saludables en relación con la alimentación, descanso, higiene y relaciones emocionales.

Por lo antes fundado y motivado, se somete a la consideración de la Honorable Asamblea, el siguiente proyecto de

DECRETO

ARTÍCULO ÚNICO.- Se adiciona a la Sección V "Educación en Vida Saludable", al Capítulo IV, del Título Segundo, con los artículos 31 Bis y 31 Ter, recorriéndose las subsecuentes Secciones, de la Ley de Educación para el Estado Libre y Soberano de Oaxaca, para quedar como sigue:



**SECCIÓN V
EDUCACIÓN ARTÍSTICA**

Artículo 31.-...

...

**SECCIÓN V
EDUCACIÓN EN VIDA SALUDABLE**

Artículo 31 Bis.- La educación en vida saludable, tendrá como finalidad garantizar en todos los niveles educativos, la metodología y bases fundamentales para contar con una nutrición adecuada y mantener la salud física, emocional, intelectual e higiene personal apropiada.

La educación en vida saludable incluye la asesoría, orientación a los padres de familia o tutores.

Artículo 31 Ter.- El Estado y sus mecanismos de asignación presupuestal, proporcionará los recursos presupuestales suficientes para la educación en vida saludable en todos sus niveles.

TRANSITORIOS

PRIMERO.- La presente Decreto entrará en vigor al día siguiente de su publicación en el Periódico Oficial.



LXIV
LEGISLATURA
H. CONGRESO DEL
ESTADO DE OAXACA
EL CONGRESO DE LA IGUALDAD DE GÉNERO

DIP. MIGDALIA ESPINOSA MANUEL

DISTRITO XI, MATÍAS ROMERO AVENDAÑO.

SEGUNDO.- Publíquese en el Periódico Oficial del Estado de Oaxaca.

Palacio Legislativo, San Raymundo Jalpan, Oax., a 09 de julio del 2020.

ATENTAMENTE
SUFRAGIO EFECTIVO. NO REELECCIÓN
"EL RESPETO AL DERECHO AJENO ES LA PAZ."



Migdalía Espinosa Manuel
DIP. MIGDALIA ESPINOSA MANUEL

Distrito XI, Matías Romero Avendaño.

H. CONGRESO DEL ESTADO DE OAXACA
LXIV LEGISLATURA
DIP. MIGDALIA ESPINOSA MANUEL
DISTRITO XI
MATÍAS ROMERO AVENDAÑO