



Iniciativa con proyecto de decreto mediante el cual, se adiciona el artículo 91 de la Ley de Educación, con la finalidad de que se instituya la impartición de la educación física de manera obligatoria y se promueva el deporte en los planteles educativos.

Villahermosa, Tabasco a 21 de febrero de 2019

**DIP. TOMAS BRITO LARA**  
PRESIDENTE DE LA MESA DIRECTIVA  
DE LA SEXAGÉSIMA TERCERA LEGISLATURA  
AL HONORABLE CONGRESO DEL ESTADO DEL  
ESTADO DE TABASCO  
P R E S E N T E

11:44  
2m 21/02/19

La suscrita Diputada Katia Ornela Gil, integrante de la Fracción Parlamentaria del Partido Revolucionario Institucional de la Sexagésima Tercera Legislatura al Honorable Congreso del Estado de Tabasco y con fundamento en lo dispuesto por los artículos 33, fracción II, de la Constitución Política del Estado; 22, fracción I; 120 y 121 de la Ley Orgánica del Poder Legislativo del Estado, me permito someter a esta soberanía la siguiente Iniciativa con proyecto de decreto mediante el cual, se adiciona el artículo 91 de la Ley de Educación, con la finalidad de que se instituya la impartición de la educación física de manera obligatoria y se promueva el deporte en los planteles educativos, al tenor de la siguiente:



## EXPOSICIÓN DE MOTIVOS

Las enfermedades no transmisibles, también llamadas enfermedades crónicas, afectan a todos los grupos de edad y avanzan en un tiempo prolongado; son producto de la combinación de distintos factores: genéticos, fisiológicos, ambientales y de conducta. Las que más prevalecen a nivel mundial son las enfermedades cardiovasculares (infarto al corazón, infarto cerebral, entre otras), la diabetes, el cáncer y las enfermedades respiratorias. En conjunto, las enfermedades crónicas a nivel mundial, provocan 41 millones de muertes al año, que representan el 71% del total, según datos del Observatorio Mexicano de Enfermedades No transmisibles.<sup>1</sup>

De acuerdo con el Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI), en 2017 fallecieron 703,047 mexicanos; (17,281 más que en 2016). Las tres principales causas de mortalidad en el país son las enfermedades cardiovasculares, la diabetes y los tumores malignos.

Sin embargo las enfermedades cardiovasculares, continúan siendo la primera causa de muerte en México, con 141,619 fallecimientos registrados en 2017. En segundo lugar se encuentra la diabetes, con 106,525 fallecimientos en 2017; y por otro lado, los tumores malignos ocupan el tercer lugar, con 84,142 decesos.

Desde noviembre de 2013, el Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI) acopia información relevante respecto a la actividad física que realiza

---

<sup>1</sup>Observatorio Mexicano de Enfermedades No Transmisibles <http://oment.uanl.mx/aumentan-en-mexico-muertes-relacionadas-con-enfermedades-no-transmisibles/>



la población mexicana mayor a 18 años; lo realiza a través del Módulo de Práctica Deportiva y Ejercicio Físico (MOPRADEF) con el propósito de generar información estadística para la formulación de políticas públicas encaminadas a mejorar la salud y la calidad de vida de los mexicanos.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) señala que con el fin de mejorar las funciones cardio-respiratorias y musculares, la salud ósea y reducir el riesgo de Enfermedades no Transmisibles y depresión, se recomienda a la población de 18 y más años de edad: "Acumular un mínimo de 150 minutos semanales de actividad física aeróbica moderada, o bien 75 minutos de actividad física aeróbica vigorosa cada semana, o una combinación equivalente de actividades moderadas y vigorosas."<sup>2</sup>

Según datos difundidos en enero de 2018 por el INEGI<sup>3</sup>, más de la mitad de la población (57.6%) no realiza actividad física. Esta situación se ha mantenido estable desde 2013. La mayor parte de los encuestados realizaba actividad física por salud, mientras que sólo 2 de cada 10 lo hacían por diversión o para verse mejor.

---

<sup>2</sup>Recomendaciones mundiales sobre actividad física para la salud emitidas por la OSM consultables en: [https://www.who.int/dietphysicalactivity/factsheet\\_recommendations/es/](https://www.who.int/dietphysicalactivity/factsheet_recommendations/es/)

<sup>3</sup> Consultable en: [http://www.beta.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/boletines/2018/mopradef/mopradef2018\\_01.pdf](http://www.beta.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/boletines/2018/mopradef/mopradef2018_01.pdf)



Sólo la mitad de los encuestados que sí realizan actividad física, se ejercitan alrededor de 5 horas por semana, mientras que quienes la practican en un nivel insuficiente lo hacen en promedio una hora y 37 minutos.

De acuerdo con estos resultados, sólo 4 de cada 10 mexicanos que hacen ejercicio, alcanzan un nivel suficiente; el 62.8% de la población activa prefiere ejercitarse en lugares públicos; y una menor proporción lo realiza en instalaciones privadas como gimnasios; siendo el horario preferido para practicar actividad física por la mañana.

Por otro lado, la mayoría de las personas inactivas señalaron que los motivos principales por los cuales no practican algún tipo de ejercicio físico, son: la falta de tiempo, cansancio por el trabajo o por problemas de salud.

Estos datos nos llaman a la reflexión sobre la importancia de fomentar la práctica regular de la actividad física en la población, lo que sin duda traería aparejado múltiples beneficios a la salud; pues además de prevenir enfermedades no transmisibles, permite mantener un nivel de bienestar físico y mental, mejorar la función de los pulmones y el corazón, fortalecer la salud de los huesos, así como disminuir el estrés y la depresión.

Es por esto que la Organización Mundial de la Salud recomienda de forma genérica que toda persona adulta y adulta mayor -siempre que sus limitaciones médicas no se lo impidan- debe realizar al menos 150 minutos de ejercicio físico aeróbico de intensidad moderada semanalmente o al menos 75 minutos de alta intensidad o la combinación proporcional de ambos.



Asimismo, en “Las Nuevas Guías de Actividad Física: Cada minuto cuenta” publicada por expertos del citado *Observatorio Mexicano de Enfermedades No transmisibles* se establece que lo ideal es mantenerse activo durante toda la vida, y recomiendan diferentes tipos e intensidades de actividades según la edad:

- **Niños de 3 a 5 años:** deben realizar actividad física a lo largo del día para tener un sano crecimiento y desarrollo. Se deben incluir diversas actividades de intensidad ligera, moderada e intensa como andar en triciclo, saltar y juego libre por 3 horas al día.
- **Niños y adolescentes (6 a 17 años):** deben tener suficientes oportunidades para realizar actividad física. Se recomiendan al menos 60 minutos al día de actividades aeróbicas (correr, saltar, andar en bicicleta) en su mayoría; además, incluir ejercicio físico de intensidad vigorosa (fútbol, artes marciales, nadar), de fortalecimiento óseo (saltar la cuerda, jugar básquetbol o tenis) o muscular (juegos al aire libre, jalar una cuerda, ejercicios con ligas o pesas) dos veces por semana, cada una. En México, sólo el 17% de los niños (10 a 14 años) y 57% de los adolescentes (15 a 19 años) cumple con 60 minutos por día de actividad física.
- **Adultos (18 a 64 años):** se recomienda llevar una vida activa realizando en total de 150 a 300 minutos a la semana de actividad física moderada (caminata ligera, nado o bicicleta recreativa, baile) o de 75 a 150 minutos de ejercicio vigoroso (correr, sesión de nado, saltar la cuerda, aerobics).



- **Mujeres embarazadas:** Se recomiendan 150 minutos a la semana de actividad física de intensidad moderada durante y después del embarazo, bajo el monitoreo constante del personal de salud, porque así se disminuye la ganancia de peso excesiva y el riesgo de desarrollar diabetes gestacional durante el embarazo.
- **Adultos mayores de 65 años:** Se recomiendan actividades aeróbicas, ejercicios de balance y actividades de fortalecimiento muscular mínimo 150 minutos a la semana. Así se previene así la aparición y/o progresión de enfermedades crónicas.

Dada la importancia que reviste este tema para la salud de la población, en Tabasco la Ley Educación en su artículo 89 define que *“La educación física contribuirá al desarrollo armónico del educando cuidando y manteniendo el equilibrio en los ámbitos cognoscitivo, motriz, afectivo y social. Será obligatoria en los niveles de educación básica, en los demás tipos y niveles, la educación física será promovida en asociación con el deporte”*.

Por otra parte Ley De Cultura Física y Deporte del Estado De Tabasco establece en sus numerales del 18 al 20:

Artículo 18.- Las instituciones educativas públicas y privadas en coordinación con el Instituto, promoverán el deporte en sus planteles, impulsando a estudiantes y trabajadores a representarlos en competencias municipales, estatales, regionales, nacionales e internacionales, debiendo informar al Instituto los resultados obtenidos en las mismas, con el objeto de identificar a los posibles talentos deportivos.



Artículo 19.- La Secretaría de Educación y el Instituto, en coordinación, elaborarán y evaluarán los planes y programas en la asignatura de educación física o su equivalente en la práctica del deporte, en los términos que fije el Reglamento de la presente Ley.

Artículo 20.- Las autoridades deportivas promoverán la celebración de convenios con las instituciones de nivel superior de educación física y otras instituciones, de acuerdo a las necesidades, con el objeto de que los estudiantes realicen su servicio social y/o prácticas docentes en el desarrollo de los programas deportivos estatales y municipales.

La persona en su niñez, es cuando forja sus hábitos. Las actividades escolares contribuyen de manera contundente a esta formación del individuo. Como tabasqueña, como madre de familia, como ciudadana y como legisladora siento la responsabilidad de aportar algo para el mejoramiento de la salud a través del desempeño de la actividad física. Es por ello que la presente iniciativa tiene como finalidad armonizar la legislación vigente en el estado y ahondar en el tema de la actividad física, con la finalidad de que se instituya la impartición de la educación física de manera diaria y obligatoria con la finalidad de que se promueva la práctica del deporte en los planteles educativos.

Por estas razones, estando facultado el honorable Congreso del Estado, para expedir decretos para la mejor administración del Estado, se emite y somete a la consideración de esta Soberanía, la siguiente iniciativa:



**ARTÍCULO ÚNICO.** Se adiciona el artículo 91 de la Ley de Educación del Estado de Tabasco, para quedar como sigue:

### **Ley de Educación del Estado de Tabasco**

**Artículo 91.-** La educación física que ofrezca el Estado tendrá los siguientes propósitos:

I.- Estimular, desarrollar y conservar la condición física del educando a través de la ejercitación sistemática de las capacidades, disciplina del ejercicio físico, la práctica del predeporte y el deporte;

II.- Propiciar la manifestación de habilidades motrices a partir de la práctica de actividades físico-deportivas y recreativas que le permita integrarse e interactuar con los demás;

III.- Coadyuvar a la iniciación deportiva adquiriendo los fundamentos técnicos y tácticos básicos;

IV.- Desarrollar actitudes responsables hacia la preservación de la salud, así como el rechazo a las adicciones y la previsión de las conductas delictivas;

V.- Promover la formación y estimular la adquisición de hábitos de higiene diaria, alimentación balanceada, descanso y conservación del medio ambiente;

y



VI.- Fomentar las actividades sociales que favorezcan el respeto, la cooperación y la confianza en los demás mediante las actividades físicas grupales que promuevan su integración al medio y su relación interpersonal.

**La educación física, deberá impartirse diariamente en sesiones de 50 minutos cada una, para lo cual los planteles educativos deberán contar con al menos un profesor de educación física.**

**Asimismo, en términos de lo establecido en la Ley De Cultura Física y Deporte del Estado De Tabasco, se promoverá el deporte en sus planteles educativos, impulsando a estudiantes y trabajadores a representarlos en competencias municipales, estatales, regionales, nacionales e internacionales, debiendo informar al Instituto los resultados obtenidos en las mismas, con el objeto de identificar a los posibles talentos deportivos.**

## ARTÍCULOS TRANSITORIOS

**PRIMERO.** El correspondiente Decreto entrará en vigor al día siguiente de su publicación en el Periódico Oficial del Estado.

**SEGUNDO.** Se derogan las disposiciones que se opongan al presente Decreto.



Atentamente  
"Democracia y Justicia Social"

DIP. KATIA ORNELAS GIL  
FRACCIÓN PARLAMENTARIA DEL  
PARTIDO REVOLUCIONARIO INSTITUCIONAL.

Hoja protocolaria de firma, de la iniciativa con proyecto de decreto, mediante el cual se adiciona el artículo 91 de la Ley de Educación, con la finalidad de que se instituya la impartición de la educación física de manera obligatoria y se promueva el deporte en los planteles educativos, presentada por la Diputada Katia Ornelas Gil de la Fracción Parlamentaria del PRI el día 21 de febrero de 2019.