



MVCF

Ciudad de México, a 17 de octubre del 2024

CCDMX/IIII/DMVCF/073/2024

**DIP. MARTHA SOLEDAD ÁVILA VENTURA**  
**PRESIDENTA DE LA MESA DIRECTIVA**  
**DEL H. CONGRESO DE LA CIUDAD DE MÉXICO,**  
**III LEGISLATURA**  
**P R E S E N T E**

La que suscribe, Miriam Valeria Cruz Flores, Diputada integrante del Grupo Parlamentario del Partido Morena en la III Legislatura del Congreso de la Ciudad de México, con fundamento en lo dispuesto por los artículos 122 Apartado A, fracción II de la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos; 29 Apartados A, numeral 1 y D, párrafo primero inciso a) de la Constitución Política de la Ciudad de México; 4 fracción XXI, y 12 fracción II de la Ley Orgánica del Congreso de la Ciudad de México; 2 fracción XXI, 5 fracción II, 82, 94 fracción II, 95 fracción II, 96, y 118 del Reglamento del Congreso de la Ciudad de México, someto a consideración de este Honorable Congreso la siguiente:

**INICIATIVA CON PROYECTO DE DECRETO POR EL QUE SE REFORMAN Y ADICIONAN DIVERSAS DISPOSICIONES A LA LEY DE EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTE DE LA CIUDAD DE MÉXICO, EN MATERIA DE AUTOCUIDADOS, PREVENCIÓN DE ENFERMEDADES Y GENERACIÓN DE BIENESTAR,** con base en la siguiente:

### **EXPOSICIÓN DE MOTIVOS**

La Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos, en el artículo 4 párrafo décimo tercero, señala que *“Toda persona tiene derecho a la cultura física y a la práctica del deporte. Corresponde al Estado su promoción, fomento y estímulo conforme a las leyes en la materia.”*

En el artículo 26 de la Convención Americana sobre Derechos Humanos, adoptada en la ciudad de San José Costa Rica el 22 de noviembre de 1969, misma que fue aprobada por el Senado de la República el 18 de diciembre de 1980 y cuya vigencia en México inició el día 24 de marzo de 1981, en el numeral relativo al *“Desarrollo Progresivo”*, establece que *“Los Estados Partes se comprometen a adoptar providencias, tanto a nivel interno como mediante la cooperación internacional,*



III LEGISLATURA



III LEGISLATURA



*especialmente económica y técnica, para lograr progresivamente la plena efectividad de los derechos que se derivan de las normas económicas, sociales y sobre educación, ciencia y cultura, contenidas en la Carta de la Organización de los Estados Americanos, reformada por el Protocolo de Buenos Aires, en la medida de los recursos disponibles, por vía legislativa u otros medios apropiados.”<sup>1</sup>*

Destaca que en el numeral del cual se vierte cita textual en el párrafo que precede, se contempla como la obligación de los Estados Partes, la de adoptar lo necesario para que, de forma progresiva, se garantice la efectividad de los derechos en materia económica, social, educación, ciencia y cultura, a que alude la Carta de la Organización de los Estados Americanos, misma que fue suscrita en Bogotá, Colombia el 30 de abril de 1948, y en cuyo artículo 28 establece que *“Los Estados Miembros convienen en cooperar entre sí a fin de lograr condiciones justas y humanas de vida para toda su población.”*, de la misma forma, en el numeral 29 inciso a), destaca que los Estados Miembros están de acuerdo en la conveniencia de desarrollar su legislación social sobre las siguientes bases *“Todos los seres humanos, sin distinción de raza, nacionalidad, sexo, credo o condición social, tiene el derecho de alcanzar su bienestar material y su desarrollo espiritual en condiciones de libertad, dignidad, igualdad de oportunidad y seguridad económica.”*

Al respecto, es importante desde este instante, destacar que el artículo 26 de la Convención que se cita, alude al desarrollo progresivo de los derechos económicos, sociales, sobre educación, ciencia y cultura que se encuentran consagrados a su vez en la Carta de la Organización de Estados Americanos, la cual resalta el bienestar material, como eje fundamental del desarrollo humano.

Es preciso mencionar que uno de los pilares en los cuales se cimienta la transformación en la ciudad, es el bienestar, entendido como *“...el pleno goce universal, indivisible, interdependiente y progresivo de los derechos humanos, económicos, sociales, culturales y ambientales de sus habitantes, con la finalidad de crear las condiciones para gozar de una vida digna, desarrollar sus capacidades, vivir libres de pobreza y alcanzar su florecimiento, pleno desarrollo y autonomía.”<sup>2</sup>*, así lo enmarca el artículo 1, fracción I de la Ley del Derecho al Bienestar e Igualdad Social para la Ciudad de México.

<sup>1</sup> [https://www.constitucion1917-2017.pjf.gob.mx/sites/default/files/reformas\\_amparo\\_dh/tratados.html](https://www.constitucion1917-2017.pjf.gob.mx/sites/default/files/reformas_amparo_dh/tratados.html)

<sup>2</sup> Artículo 1, fracción I de la Ley del Derecho al Bienestar e Igualdad Social para la Ciudad de México.  
<https://data.consejeria.cdmx.gob.mx/index.php/leyes/buscador>

La Ciudad de México, como capital de los Estados Unidos Mexicanos, ha sido pionera en el reconocimiento del derecho al bienestar, al promulgar la Ley del Derecho al Bienestar e Igualdad Social. El mismo ordenamiento legal, en el artículo 27, determina que es obligación de la Administración Pública, contribuir “...*al bienestar de la población en materia de deporte mediante el fomento de la actividad física, hábitos saludables de la población y promoción de programas comunitarios, así como a través de la educación y ampliación de la infraestructura.*”

Los *hábitos saludables* a que alude el numeral del cual se vierte cita, deben ser contextualizados a la luz de las determinaciones de la Organización Mundial de la Salud, en el tema del *autocuidado*, el que dicha entidad define como “...*la capacidad de las personas, las familias y las comunidades de promover la salud, prevenir las enfermedades, mantener la salud y afrontar la enfermedad y la discapacidad con o sin el apoyo de un trabajador de la salud. Reconoce a las personas como agentes activos de su propia atención sanitaria en áreas como la promoción de la salud, la prevención y el control de enfermedades, la autogestión, la atención de personas dependientes y la rehabilitación, incluidos los cuidados paliativos. No sustituye el sistema de atención sanitaria, sino que ofrece opciones y alternativas adicionales para la atención sanitaria.*”<sup>3</sup>

El autocuidado, como parte del género “hábitos saludables”, debe abordarse como un complemento al sistema de salud, pues de ninguna forma sustituye las funciones y obligaciones de las instituciones públicas encargadas de la atención de la salud, se trata más bien, de un enfoque que se centra tanto en las personas, como en los sistemas de salud, al amparo de los principios clave de los derechos humanos, la ética y la igualdad de género.

## PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

En la Ciudad de México, para enero de 2021, se estimaba una población total de 9,209,944 habitantes, de los cuales 52.2% son mujeres y 47.8% son hombres, de todos ellos, la población objetivo asistencial de la Secretaría de la Salud, es decir, aquellas personas sin seguridad social, representaban el 43.0% de la población total.

Las principales causas de muerte registradas para 2020, durante el cual inicio la pandemia por Covid-19 en la Ciudad de México, en primera instancia se encontró precisamente las causadas por esa enfermedad; seguida de las enfermedades del corazón con 21,064 defunciones; en tercer lugar,

---

<sup>3</sup> [https://www.who.int/health-topics/self-care#tab=tab\\_1](https://www.who.int/health-topics/self-care#tab=tab_1)

se halló Diabetes Mellitus con 14,562 muertes; en cuarto y quinto sitio, tumores malignos, e influenza y neumonía, respectivamente.<sup>4</sup>

Esta información, permite identificar que las principales causas de muerte entre los habitantes de la ciudad, sin considerar las defunciones durante la pandemia, siguen siendo las generadas por afecciones en el corazón y por diabetes mellitus.

La actuación de las unidades de salud en gran parte de los casos, se centra en atender de forma paliativa, dado que se trata, al menos en el caso de la diabetes, de un mal para el que, a la fecha, la ciencia no ha encontrado alguna cura, por lo que los tratamientos a que se sujetan los pacientes, buscan controlar los efectos de la enfermedad.

En el caso de las afecciones del corazón, entre las más comunes destaca la hipertensión arterial, que a nivel nacional representa a más de 30 millones de personas que la padecen,<sup>5</sup> y en la ciudad para mayo de 2023, aproximadamente fueron detectados 66 mil 255 casos, de los cuales 25 mil 64 son hombres, y 41 mil 192 son mujeres.<sup>6</sup>

Sobre la misma línea, debe destacar que pese a los esfuerzos que, en la Ciudad de México, y en todo país, se realizan para reducir el consumo de tabaco, para junio de 2024 a nivel nacional aproximadamente se tuvo conocimiento que existen 15 millones de fumadores, de los cuales 684 mil son adolescentes.

En contraste con las cifras que preceden, y de acuerdo a la información que proporciona el Módulo de Práctica Deportiva y Ejercicio Físico (MOPRADEF), para el año 2022 en México en áreas urbanas 42.1% de la población mayor de 18, dijo practicar algún deporte o ejercicio físico en su tiempo libre, de los cuales solo el 55% lo realiza con la suficiencia requerida en términos de tiempo e intensidad, recomendada por la Organización Mundial de la Salud, esto es, 75 minutos de actividad física vigorosa semanal o 150 minutos semanales de actividad física moderada.<sup>7</sup>

Si bien, en la Ciudad de México, se han habilitado y construido diversos espacios deportivos, es preciso que, desde el marco jurídico, se dé impulso y se pugne por la difusión de la cultura del autocuidado, como actividades físicas recreativas, y ambos como medios preventivos de las

---

4

[http://data.salud.cdmx.gob.mx/ssdf/portalut/archivo/Actualizaciones/1erTrimestre22/DirGen\\_Dise\\_PlanCord\\_Sect/A121F\\_04\\_1T22.pdf](http://data.salud.cdmx.gob.mx/ssdf/portalut/archivo/Actualizaciones/1erTrimestre22/DirGen_Dise_PlanCord_Sect/A121F_04_1T22.pdf)

<sup>5</sup> <https://www.gob.mx/salud/articulos/en-mexico-mas-de-30-millones-de-personas-padecen-hipertension-arterial-secretaria-de-salud>

<sup>6</sup> <https://www.salud.cdmx.gob.mx/boletines/16may2023-invita-sedesa-medir-presion-arterial-de-manera-regular-advierte-peligros-en-pacientes-con-hipertension-no-controlada>

<sup>7</sup> <https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/boletines/2023/mopradef/mopradef2022.pdf>



enfermedades, que no solo redundan en un beneficio de salud física, sino también en el ámbito de la salud mental, que en su conjunto se traducen en una mejora de la calidad de vida, es decir, de bienestar.

El ritmo de vida actual en la Ciudad de México, demanda de un marco jurídico que faculte a las instituciones la promoción y prevención de las enfermedades, el impulso de estrategias que difundan la participación de las personas en actividades físicas recreativas y deportivas, en todos los sectores etarios, pues si bien es en las personas adultas en quienes se manifiestan afecciones de salud, también es cierto, que es desde la edad temprana cuando se debe estimular la adopción de hábitos alimenticios y de actividad física que no solo satisfagan las demandas de la vida cotidiana, sino que también se acojan como un estilo de vida, que a largo plazo redundará en la prevención de enfermedades y la generación de bienestar, es decir, la promoción de los autocuidados.

Para una mejor comprensión a las reformas a la Ley de Educación Física y Deporte de la Ciudad de México, se anexa el siguiente cuadro comparativo:

LEY DE EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTE DE LA CIUDAD DE MÉXICO	
TEXTO VIGENTE	TEXTO PROPUESTO
<p><b>Artículo 2...</b> I a II...</p> <p>Sin correlativo</p> <p>III a XI...</p>	<p><b>Artículo 2...</b> I a II...</p> <p><b>II Bis. Autocuidados: La capacidad de las personas de promover la salud, prevenir las enfermedades, mantener la salud y afrontar la enfermedad y la discapacidad por sí mismas.</b></p> <p>III a XI...</p>
<p><b>Artículo 3.</b> La función social del deporte y la educación física es la de fortalecer la interacción de la sociedad, para desarrollar de manera armónica las aptitudes física e intelectuales de las personas que contribuyan a fomentar la solidaridad como valor social; además de promover y estimular la actividad y recreación física como medios importantes para la preservación de la salud física y mental, así como la prevención de las enfermedades.</p> <p>...</p>	<p><b>Artículo 3.</b> La función social del deporte y la educación física es la de fortalecer la interacción de la sociedad, para desarrollar de manera armónica las aptitudes física e intelectuales de las personas que contribuyan a fomentar la solidaridad como valor social; además de promover y estimular <b>el autocuidado</b>, la actividad y recreación física como medios importantes para la preservación de la salud física y mental, <b>la prevención de las enfermedades y generación de bienestar.</b></p> <p>...</p>

<p><b>Artículo 4.</b> La Función Educativa del Deporte debe implicar además de la enseñanza de técnicas y desarrollo de cualidades físicas de los alumnos, la transmisión de hábitos, valores y actitudes.</p>	<p><b>Artículo 4.</b> La Función Educativa del Deporte debe implicar además de la enseñanza de técnicas y desarrollo de cualidades físicas de los alumnos, la <b>adopción de</b> hábitos, valores y actitudes, <b>que promuevan el autocuidado como medio preventivo de enfermedades y generación de bienestar.</b></p>
<p><b>Artículo 10.</b> Las instituciones educativas públicas y privadas promoverán el deporte en sus planteles, de conformidad a los programas educativos diseñados por la autoridad competente, por lo que cuidarán que se imparta la clase de educación física cuando menos tres veces por semana; en caso de no contar con el espacio suficiente podrán utilizar las instalaciones deportivas públicas más cercanas previa autorización de la autoridad delegacional correspondiente.</p> <p>...</p>	<p><b>Artículo 10.</b> Las instituciones educativas públicas y privadas promoverán el deporte <b>y el autocuidado</b> en sus planteles, de conformidad a los programas educativos diseñados por la autoridad competente, por lo que cuidarán que se imparta la clase de educación física cuando menos tres veces por semana; en caso de no contar con el espacio suficiente podrán utilizar las instalaciones deportivas públicas más cercanas previa autorización de la autoridad delegacional correspondiente.</p> <p>...</p>
<p><b>Artículo 23...</b> I a III...</p> <p><b>IV.</b> Promover la participación y conjunción de esfuerzos en materia deportiva entre los sectores público, social y privado;</p> <p>V a XXVI...</p>	<p><b>Artículo 23...</b> I a III...</p> <p><b>IV.</b> Promover la participación y conjunción de esfuerzos en materia deportiva <b>y de autocuidados</b> entre los sectores público, social y privado;</p> <p>V a XXVI...</p>
<p><b>Artículo 32...</b> I...</p> <p><b>II.</b> Difundir, promover y fomentar el deporte entre todos los sectores y habitantes de la Demarcación Territorial;</p> <p>III a la IX...</p>	<p><b>Artículo 32...</b> I...</p> <p><b>II.</b> Difundir, promover y fomentar el deporte <b>y el autocuidado</b> entre todos los sectores y habitantes de la Demarcación Territorial;</p> <p>III a la IX...</p>
<p><b>Artículo 57.</b> La cultura del deporte en la Ciudad de México se asociará a la participación social, a la libre y respetuosa manifestación de las</p>	<p><b>Artículo 57.</b> La cultura del deporte en la Ciudad de México se asociará a la participación social, <b>el autocuidado</b>, a la libre y respetuosa manifestación</p>

ideas y a la conveniencia del compromiso colectivo.

de las ideas y a la conveniencia del compromiso colectivo.

Por lo expuesto, someto a consideración de este Honorable Congreso, la siguiente **INICIATIVA CON PROYECTO DE DECRETO POR EL QUE SE REFORMAN Y ADICIONAN DIVERSAS DISPOSICIONES A LA LEY DE EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTE DE LA CIUDAD DE MÉXICO, EN MATERIA DE AUTOCUIDADOS, PREVENCIÓN DE ENFERMEDADES Y GENERACIÓN DE BIENESTAR.**

**Único.** Se reforman los artículos 3, 4, 10, 23 fracción IV, 32 fracción II, y 57; se adiciona la fracción II Bis al artículo 2, de la Ley de Educación Física y Deporte de la Ciudad de México, para quedar como sigue:

**Artículo 2...**

I a II...

**II Bis. Autocuidados:** La capacidad de las personas de promover la salud, prevenir las enfermedades, mantener la salud y afrontar la enfermedad y la discapacidad por sí mismas.

III a XI...

**Artículo 3.** La función social del deporte y la educación física es la de fortalecer la interacción de la sociedad, para desarrollar de manera armónica las aptitudes física e intelectuales de las personas que contribuyan a fomentar la solidaridad como valor social; además de promover y estimular **el autocuidado**, la actividad y recreación física como medios importantes para la preservación de la salud física y mental, **la prevención de las enfermedades y generación de bienestar.**

...

**Artículo 4.** La Función Educativa del Deporte debe implicar además de la enseñanza de técnicas y desarrollo de cualidades físicas de los alumnos, la adopción de hábitos, valores y actitudes, **que promuevan el autocuidado como medio preventivo de enfermedades y generación de bienestar.**

**Artículo 10.** Las instituciones educativas públicas y privadas promoverán el deporte **y el autocuidado** en sus planteles, de conformidad a los programas educativos diseñados por la autoridad competente, por lo que cuidarán que se imparta la clase de educación física cuando menos tres veces por semana; en caso de no contar con el espacio suficiente podrán utilizar las



instalaciones deportivas públicas más cercanas previa autorización de la autoridad delegacional correspondiente.

...

#### **Artículo 23...**

I a III...

IV. Promover la participación y conjunción de esfuerzos en materia deportiva **y de autocuidados** entre los sectores público, social y privado;

...

#### **Artículo 32...**

I...

II. Difundir, promover y fomentar el deporte **y el autocuidado** entre todos los sectores y habitantes de la Demarcación Territorial;

III a la IX...

**Artículo 57.** La cultura del deporte en la Ciudad de México se asociará a la participación social, **el autocuidado**, a la libre y respetuosa manifestación de las ideas y a la conveniencia del compromiso colectivo.

### **TRANSITORIOS**

**PRIMERO.** Remítase a la persona titular de la Jefatura de Gobierno de la Ciudad de México para su promulgación en la Gaceta Oficial de la Ciudad de México.

**SEGUNDO.** El presente decreto entrará en vigor al día siguiente de su publicación.

Dado en el Palacio Legislativo de Donceles, Ciudad de México a los 17 días del mes de octubre del año 2024.

**ATENTAMENTE**

**DIP. MIRIAM VALERIA CRUZ FLORES**









---

Título	Iniciativa
Nombre de archivo	autocuidados_1_.docx
Id. del documento	aae82f77fc8cf0fcb954d13572a81caae83b851b
Formato de la fecha del registro de auditoría	DD / MM / YYYY
Estado	● Firmado

---

## Historial del documento

 ENVIADO	<b>16 / 10 / 2024</b> 18:56:48 UTC	Enviado para firmar a Valeria Cruz (valeria.cruz@congresocdmx.gob.mx) por valeria.cruz@congresocdmx.gob.mx. IP: 187.225.66.252
 VISTO	<b>16 / 10 / 2024</b> 18:57:56 UTC	Visto por Valeria Cruz (valeria.cruz@congresocdmx.gob.mx) IP: 187.225.66.252
 FIRMADO	<b>16 / 10 / 2024</b> 18:58:21 UTC	Firmado por Valeria Cruz (valeria.cruz@congresocdmx.gob.mx) IP: 187.225.66.252
 COMPLETADO	<b>16 / 10 / 2024</b> 18:58:21 UTC	Se completó el documento.