Ciudad de México, 27 de marzo de 2025

DIP. MARTHA ÁVILA VENTURA
PRESIDENTA DE LA MESA DIRECTIVA
CONGRESO DE LA CIUDAD DE MÉXICO
III LEGISLATURA

P R E S E N T E

El que suscribe, **Diputado Federico Chávez Semerena** integrante del Partido Acción Nacional en la III Legislatura del Congreso de la Ciudad de México, en términos de lo dispuesto, por los artículos 4 fracción XXXVIII de la Ley Orgánica del Congreso de la Ciudad de México y; 5 fracción I, 101 y demás relativos del Reglamento del Congreso de la Ciudad de México, someto a la consideración de esta Honorable Asamblea, la presente: **PROPOSICIÓN CON PUNTO DE ACUERDO DE URGENTE Y OBVIA RESOLUCIÓN POR EL QUE SE EXHORTA RESPETUOSAMENTE A DIVERSAS AUTORIDADES A IMPLEMENTAR EL BAILE COMO ACTIVIDAD FÍSICA Y FOMENTO A LA SALUD MENTAL EN LA CIUDAD DE MÉXICO,** al tenor de los siguientes:

ANTECEDENTES

Las enfermedades mentales son un problema social que se incrusta en el tejido social y se va desarrollando y ganando terreno en las sociedades derivado del ritmo de vida tan acelerado que se vive en estas metropolis. Estudios han demostrado que la actividad física, incluido el baile, es eficaz en la reducción de síntomas de ansiedad y depresión[1]. Según la Asociación Americana de Psicología, el ejercicio regular puede reducir los

[1] Vid: https://www.mayoclinic.org/es/diseases-conditions/depression/in-depth/depression-and-exercise/art-20046495#:~:text=Algunas%20investigaciones%20muestran%20que%20el,son%20buenos%20para%20tu%20salud., consultada el 12 de marzo de 2025.

Doc ID: dc684594adf6abc68c075e7572125d51dc50a801

síntomas de ansiedad en un 20-50% y los síntomas de depresión en un 30-40%[2]. Por su parte, un estudio de la Universidad de Sydney encontró que los programas de baile/danza pueden contribuir significativamente a la disminución de los niveles de depresión en adultos mayores y poblaciones vulnerables[3].

El baile también estimula la cognición y promueve conexiones neuronales. Investigaciones de la Universidad de Harvard indican que la danza puede favorecer la creación de nuevas conexiones neurológicas, esenciales para combatir el deterioro cognitivo[4], lo que beneficiaría directamente a pacientes con enfermedades degenerativas como el alzheimer entre otras. Adicionalmente, se ha demostrado que la danza mejora la memoria en adultos mayores y en personas con este tipo de enfermedades neurodegenerativas.

Además de los beneficios a la salud antes mencionados la socialización es otro aspecto clave del baile, ya que esta actividad fomenta la creación de lazos comunitarios fortaleciendo así el tejido social. En un estudio publicado en la *National Library of Medicine*, informó que los grupos de danza que se reúnen con regularidad ayudan a reducir el aislamiento social, un factor de riesgo para diversas enfermedades mentales. No obstante lo anterior, en dicha investigación, el 70% de los encuestados

---

[2] Vid: https://www-apa-org.translate.goog/news/press/releases/stress/2013/exercise?_x_tr_sl=en&_x_tr_tl=es&_x_tr_hl=es&_x_tr_pto=tc, consultada el 12 de marzo de 2025

[3] Vid: https://www.sydney.edu.au/news-opinion/news/2024/02/12/dancing-may-be-better-than-other-exercise-for-improving-mental-h.html, consultada el 12 de marzo de 2025

[4] Vid: https://hms.harvard.edu/news-events/publications-archive/brain/dancing-brain, consultada el 12 de marzo de 2025.

Doc ID: dc684594adf6abc68c075e7572125d51dc50a801

manifestó que la danza les permitió establecer nuevas amistades y conexiones significativas, este estudio realizado antes de la pandemia de COVID-19 y que continuó posteriormente con las medidas de salud emitidas por la Organización Mundial de la Salud; arrojó interesantes resultados sobre el aislamiento social y la soledad y de cómo ciertas intervenciones son beneficiosas para ciertos grupos sociales. Adicionalmente a ello descubrió que el baile como intervención social proporciona beneficios contundentes e inclusión social, lo cual es de suma importancia si tenemos en contexto el aislamiento que vivimos como sociedades durante la pandemia.

En conclusión, podemos afirmar que el baile es una actividad terapéutica integral y eficaz en el tratamiento de enfermedades mentales. Su capacidad para reducir síntomas de ansiedad y depresión, mejorar la autoestima, estimular funciones cognitivas, fomentar la socialización y promover el bienestar físico son solo algunos de los beneficios y valor en el ámbito de la salud mental. Por ello es fundamental reconocer esta forma de movimiento no solo como una actividad recreativa, sino como un componente esencial para el bienestar emocional y mental.

PROBLEMÁTICA

Las enfermedades mentales representan uno de los principales retos para la salud pública en la Ciudad de México, ya que afectan a una parte significativa de la población y repercuten directamente en diversos aspectos de la vida social, económica y emocional de los habitantes de la capital. De acuerdo con la Encuesta Nacional de Epidemiología

Doc ID: dc684594adf6abc68c075e7572125d51dc50a801

Psiquiátrica, cerca del 28% de la población adulta en México ha experimentado algún trastorno mental a lo largo de su vida, y la prevalencia es alarmantemente alta en la capital. Adicionalmente a ello, entre 2001 y 2022 se reportó que el 9.2% de la población había tenido un trastorno depresivo y el 4.8% en los doce años previos a la realización de dicha encuesta[5]. Aunado a lo anterior, la Comisión Nacional de Salud Mental y Adicciones del Gobierno Federal; reporta que los trastornos de ansiedad y depresión son los más comunes, afectando a más de 3 millones de habitantes en la ciudad[6]. Para 2023, la Secretaría de Salud del Gobierno Federal reportaba que posteriormente a la pandemia de COVID-19, se dio un aumentó de más del doble de prevalencia de problemas relacionados con la depresión en comparación con lo observado en 2019[7], lo cual nos da un indicador muy importante de la situación mental que viven los mexicanos posterior a dicha pandemia.

Las condiciones de vida que llevamos en la Ciudad de México, caracterizadas por la densidad poblacional, el estrés, las largas distancias para transportarse y a veces la falta de recursos, contribuyen al aumento de estas enfermedades. En un contexto donde la violencia, la inseguridad, la pobreza y la desigualdad económica son problemas persistentes, la salud mental de los capitalinos se ve gravemente afectada. Según el

[5] Vid: https://www.insp.mx/avisos/sintomas-depresivos-y-atencion-a-la-depresion, consultada el 12 de marzo de 2025.
[6] Vid: https://www.gob.mx/conasama/articulos/se-estima-que-en-mexico-tres-millones-de-personas-padecen-trastorno-bipolar-375840?idiom=es#:~:text=Se%20estima%20que%20en%20México,Adicciones%20%7C%20Gobierno%20%7C%20gob.mx, consultada el 12 de marzo de 2025.
[7] Vid: https://www.gob.mx/salud/prensa/008-en-mexico-3-6-millones-de-personas-adultas-padecen-depresion, consultada el 12 de marzo de 2025.

Doc ID: dc684594adf6abc68c075e7572125d51dc50a801

Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI) mediante su Encuesta Nacional de Bienestar Autorreportado (ENBIARE) , en 2021, el 70% de las personas en la ciudad reportó sentir estrés, y el 19.3% de población adulta tiene síntomas de ansiedad severa, mientras que otro 31.3% reportó tener una ansiedad leve o moderada[8]. lo que puede desencadenar trastornos mentales si no se aborda de manera adecuada.

Adicionalmente a lo anterior y a pesar de la magnitud del problema, el acceso a los servicios de salud mental es limitado. Un informe del Consejo Nacional de Salud Mental reveló que solo el 2% de la población que requiere atención psicológica recibió el tratamiento adecuado. Las barreras económicas, la estigmatización de las enfermedades mentales y la falta de recursos humanos especializados en salud mental son factores que agravan esta situación[9].

Pero el panorama no es completamente negro en torno a esta situación, ya que se han empezado a realizar esfuerzos desde la sociedad civil y gubernamentales para atender esta problemática y poder ayudar a la población que lamentablemente sufre o está viviendo algunos de estos trastornos mentales. Desde la sociedad civil asociaciones como América Latina Club, se dedican a promover la salud y el bienestar a través del baile, esta organización que actualmente ya estableció una academia ofrece clases de cumbia salsa y bachata en diversos niveles con lo cual las personas interesadas pueden acudir e integrarse a estas actividades.

[8] Vid: https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/boletines/2021/EstSociodemo/ENBIARE_2021.pdf, consultada el 12 de marzo de 2025
[9] Vid: https://www.gob.mx/salud/prensa/206-coordina-salud-servicios-de-atencion-psicologica-ante-pandemia-por-covid-19?idiom=es, consultada el 12 de marzo de 2025.

Doc ID: dc684594adf6abc68c075e7572125d51dc50a801

Uno de los principales impulsos que tiene esta asociación es fomentar el baile como actividad para reducir el estrés, la ansiedad y la depresión y al mismo tiempo, fortalecer y mejorar el autoestima y las habilidades sociales de quienes participan de esta actividad.

A este esfuerzo también se suma el realizado por instancias gubernamentales como el del Instituto del Deporte (INDEPORTE), la Secretaría de Salud de la Ciudad de México y el Subsistema de Educación Comunitaria mejor conocido como PILARES, este último en particular ha implementado en sus sedes clases de baile en diferentes horarios que le permiten a los vecinos acudir a estas locaciones a realizar esta actividad. En estos espacios aprovechándose de su estructura y alcance comunitario se facilita el acceso a la actividad del baile a cientos de capitalinos lo que ha permitido que más personas fortalezcan el vínculo entre deporte y salud pero es cierto que la capacidad de estos centros comunitarios no alcanzan para subsanar la alta demanda que la Ciudad de México tiene, aún peor es importante mencionar que no todos los PILARES cuentan con esta actividad por lo que es necesario buscar en su directorio cuáles de ellos sí imparten las clases de baile.

Por todo lo anteriormente señalado el presente instrumento legislativo tiene por objeto exhortar respetuosamente al Instituto del Deporte, la Secretaría de Salud de la Ciudad de México y el Subsistema de Educación, PILARES; que de manera conjunta establezcan programas y actividades enfocados al baile y que pongan al servicio de los capitalinos con la finalidad de mejorar su salud mental. Lo anterior estableciendo

Doc ID: dc684594adf6abc68c075e7572125d51dc50a801

medidas de colaboración que permitan canalizar a las personas diagnosticadas con una enfermedad mental a estas actividades de baile.

CONSIDERANDO

PRIMERO. Que el artículo 4 de la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos en su párrafo Cuarto consagra el derecho a la salud, el derecho que tiene toda persona a la protección de ella y la obligación que no solo tiene la Federación a realizar acciones para brindarla sino la obligación que tienen las entidades federativas en materia de salubridad general.

SEGUNDO. Que el artículo 9, apartado D de la Constitución Política de la Ciudad de México, establece que:

> *ARTÍCULO 9*
> *A. C. …*
> *D. Derecho a la salud*
> *1. Toda persona tiene derecho al más alto nivel posible de salud física y mental, con las mejores prácticas médicas, lo más avanzado del conocimiento científico y políticas activas de prevención, así como al acceso a servicios de salud de calidad. A nadie le será negada la atención médica de urgencia.*

TERCERO. Que de conformidad con el artículo 30, numeral 1, inciso B) de la Constitución Política de la Ciudad de México; es facultad de los diputados del Congreso de la Ciudad de México, el iniciar leyes o decretos

CUARTO. Que de conformidad con lo dispuesto en el artículo 11 fracción XXII de la Ley de Salud de la Ciudad de México, la Secretaría de Salud es la autoridad competente para formular, ejecutar, operar y evaluar las políticas de salud mental de la Ciudad, dentro de las cuales se consideran todas aquellas acciones

Doc ID: dc684594adf6abc68c075e7572125d51dc50a801

encaminadas a proteger la salud mental y prevenir alteraciones psicológicas en las población capitalina.

QUINTO. Que el artículo 7 de la Ley de Educación Física y Deporte de la Ciudad de México establece:

> *Artículo 7.- Corresponde al Instituto del Deporte de la Ciudad de México ser el órgano rector de la política deportiva en esta ciudad. Para ello contará con las facultades que le otorga esta Ley, así como las que le otorguen otras disposiciones legales para el mejor desarrollo, fomento y promoción de la educación física y el deporte en la Ciudad de México.*

SEXTO. Que la Ley de Educación de la Ciudad de México establece en su artículo 2, fracción XXIV que el subsistema de educación comunitaria está constituido por el conjunto de los PILARES como una oferta educativa, cultural, deportiva y de autonomía económica, que permita a niñas, niños, adolescentes, jóvenes y a la ciudadanía en general estar en posibilidades de integrarse a otras opciones de formación integral y alcanzar un desarrollo personal y social.

SÉPTIMO. De conformidad con el artículo 12, fracción II de la Ley Orgánica del Congreso de la Ciudad de México, los diputados del Congreso de la Ciudad de México tienen la facultad de iniciar leyes o decretos.

OCTAVO. Que de conformidad con el artículo 13 fracción XV de la Ley Orgánica del Congreso de la Ciudad de México, es facultad de este Congreso, comunicarse con los otros Órganos Locales de Gobierno, los Órganos Autónomos Locales y Federales, los Poderes de la Unión o las Autoridades o poderes de las entidades federativas, por conducto de su Mesa Directiva, la Junta o sus órganos internos de trabajo, según el caso, de conformidad con lo que dispongan las leyes correspondientes.

Doc ID: dc684594adf6abc68c075e7572125d51dc50a801

RESOLUTIVO

PRIMERO.- EL HONORABLE CONGRESO DE LA CIUDAD DE MÉXICO EXHORTA RESPETUOSAMENTE A LA SECRETARÍA DE SALUD DE LA CIUDAD DE MÉXICO, LA DRA. NADINE GASMAN ZYLBERMANN; A CONSIDERAR DENTRO DE SUS POLÍTICAS PÚBLICAS Y PROGRAMAS DE PROMOCIÓN DE LA SALUD PÚBLICA A LA ACTIVIDAD DEL BAILE COMO UNA HERRAMIENTA DE PREVENCIÓN Y ATENCIÓN DE ENFERMEDADES MENTALES EN LA POBLACIÓN DE LA CIUDAD DE MÉXICO.

SEGUNDO.- EL HONORABLE CONGRESO DE LA CIUDAD DE MÉXICO EXHORTA RESPETUOSAMENTE AL DIRECTOR GENERAL DEL INSTITUTO DEL DEPORTE DE LA CIUDAD DE MÉXICO, EL C. JAVIER JESÚS PERALTA PÉREZ; A INCLUIR DENTRO DE SUS POLÍTICAS PÚBLICAS Y PROGRAMAS AL BAILE NO SOLO COMO UNA ACTIVIDAD RECREATIVA SINO COMO UNA PRÁCTICA QUE CONTRIBUYE A LA SALUD MENTAL DE LA POBLACIÓN DE LA CIUDAD DE MÉXICO.

TERCERO. - EL HONORABLE CONGRESO DE LA CIUDAD DE MÉXICO EXHORTA RESPETUOSAMENTE AL COORDINADOR GENERAL DEL SUBSISTEMA DE EDUCACIÓN COMUNITARIA, "PILARES", EL C. JAVIER ARIEL HIDALGO PONCE; A REDOBLAR ESFUERZOS PARA LOGRAR TENER EN TODOS LOS PILARES CLASES DE BAILE PARA LA POBLACIÓN DE LA CIUDAD DE MÉXICO.

CUARTO.– EL HONORABLE CONGRESO DE LA CIUDAD DE MÉXICO EXHORTA RESPETUOSAMENTE A LA SECRETARÍA DE SALUD DE LA CIUDAD DE MÉXICO, LA DRA. NADINE GASMAN ZYLBERMANN; AL DIRECTOR GENERAL DEL INSTITUTO DEL DEPORTE DE LA CIUDAD DE MÉXICO, EL C. JAVIER JESÚS PERALTA PÉREZ, Y; AL COORDINADOR GENERAL DEL SUBSISTEMA DE EDUCACIÓN COMUNITARIA, "PILARES", EL C. JAVIER ARIEL HIDALGO PONCE; A ESTABLECER UN CONVENIO DE COLABORACIÓN INSTITUCIONAL Y CON ASOCIACIONES DEDICADAS A LA PROMOCIÓN DEL BAILE PARA QUE EN CONJUNTO DISEÑEN CAMPAÑAS Y PROGRAMAS PARA FOMENTAR Y FACILITAR EL ACCESO A LA ACTIVIDAD DEL BAILE PARA MAS PERSONAS EN LA CIUDAD DE MÉXICO.

Dado en el Recinto Legislativo de Donceles, sede del Poder Legislativo de la Ciudad de México a los 18 días del mes de marzo de 2025.

ATENTAMENTE

Dip. Federico Chávez Semerena

DIP. FEDERICO CHÁVEZ SEMERENA

Doc ID: dc684594adf6abc68c075e7572125d51dc50a801

Título	PA BAILE
Nombre de archivo	PA_BAILE.pdf
Identificación del documento	dc684594adf6abc68c075e7572125d51dc50a801
Formato de fecha del registro de auditoría	MM / DD / YYYY
Estado	Firmado

Historial del documento

ENVIADO	**03 / 19 / 2025** 19:42:53 UTC	Enviado para su firma a federico chavez (federico.chavez@congresocdmx.gob.mx) por federico.chavez@congresocdmx.gob.mx IP: 187.190.4.187
VISUALIZADO	**03 / 19 / 2025** 19:43:04 UTC	Visualizado por federico chavez (federico.chavez@congresocdmx.gob.mx) IP: 187.190.4.187
FIRMADO	**03 / 19 / 2025** 19:43:16 UTC	Firmado por federico chavez (federico.chavez@congresocdmx.gob.mx) IP: 187.190.4.187
COMPLETADO	**03 / 19 / 2025** 19:43:16 UTC	El documento se ha completado.