

Oficio número S.G. 181/2023

Diputada Sue Ellen Bernal Bolnik
Vicepresidenta de la Mesa Directiva
Comisión Permanente
H. Congreso de la Unión.
Av. Congreso de la Unión 66
Edificio A, Basamento,
Colonia El Parque
Alcaldía Venustiano Carranza,
Ciudad de México, C.P. 15960.

Por instrucciones del Lic. Diego Sinhue Rodríguez Vallejo, Gobernador Constitucional del estado de Guanajuato y en atención a su Oficio número D.G.P.L. 65-II-5-1752, por el que da a conocer la aprobación del siguiente Punto de Acuerdo:

«Primero.- La Comisión Permanente del Honorable Congreso de la Unión, exhorta respetuosamente a la Secretaría de Salud, a la Secretaría de Educación Pública a la Comisión Nacional de Cultura Física y Deporte; así como a sus homólogas en las 32 Entidades Federativas, para que, en el ejercicio de sus facultades y atribuciones, en un ánimo de colaboración se retomen, refuercen y difundan programas que incentiven a las niñas, niños, adolescentes y adultos a llevar una dieta saludable, a que practiquen algún deporte, así como para que coadyuve con los Programas de la Estrategia Nacional de Activación Física, Muévete Escolar, Muévete Laboral, Muévete Población Abierta, entre otras. Segundo.- La Comisión Permanente del Honorable Congreso de la Unión, exhorta respetuosamente la Secretaría de Salud, a la Secretaría de Educación Pública y a la Comisión Nacional de Cultura Física y Deporte; así como a sus homólogas en las 32 Entidades Federativas, para que, en el ejercicio de sus facultades y atribuciones, fortalezcan las acciones y programas enfocados a disminuir los índices de obesidad en el país, al tiempo que incentiven a la población a realizar alguna actividad deportiva y llevar una dieta saludable.» (sic)

Al respecto me permito informarle que:

En Guanajuato, mejorar la calidad de vida de las y los guanajuatenses es una prioridad. Por ello, generamos e impulsamos programas, acciones y campañas que fomenten generar conciencia en la ciudadanía de la importancia de una alimentación saludable y de su activación física.

En tal sentido, a través de la Secretaría de Salud Estatal, contamos con dos programas permanentes que brindan mayores elementos a la ciudadanía para

contar con una alimentación correcta y, por consiguiente, tener un estilo de vida saludable.

El programa "Alimentación Correcta"¹, busca generar conciencia en madres y padres de familia, respecto a la alimentación que llevarán sus hijas e hijos, desde su nacimiento hasta los diecinueve años de edad, la cual definirá su estado de salud en su etapa adulta.

Estamos convencidos que, una correcta alimentación puede hacer la diferencia para un buen estado de salud y una vida plena.



En tanto, el programa de determinantes personales "Estilos de vida saludable"², busca garantizar diversas acciones para la atención de la salud pública y promoción de la salud con el propósito de generar políticas públicas para la creación de estilos de vida y entornos saludables con la participación de actores sociales políticos y técnicos a fin de incrementar las capacidades de abordaje de los determinantes sociales y reducir inequidades para mejora a la salud en el curso de vida con enfoque de igualdad de género, no discriminación atención a grupos de atención y pertinencia cultural, por lo cual se busca incorporar acciones en materia de políticas públicas saludables, trabajo intersectorial, transversalidad,

¹ Consultable en la liga: <https://salud.guanajuato.gob.mx/programas/alimentacion-correcta> .

² Consultable en la liga: <https://salud.guanajuato.gob.mx/programas/estilos-de-vida-saludable> .

participación social, desarrollo de competencias y generación de entornos y estilos de vida saludables a la salud, a fin de no dejar a nadie atrás.



Con lo anterior, se busca empoderar a los guanajuatenses en el manejo de riesgos personales, ambientales y sociales a fin de lograr estilos de vida y entornos saludables por medio de los siguientes ejes de trabajo:

- Medición de los determinantes sociales en salud;
- Desarrollar competencias en la población para lograr estilos de vida saludables; y
- Impulsar entornos clave como saludables

El citado programa contiene temas³, entre otros, como:

- Alimentación correcta;
- Consumo de agua;
- Actividad física;
- Cultura alimentaria tradicional;
- Entre otros.

De la misma manera, la Secretaría de Salud implementa diversas campañas masivas de comunicación y realiza exhortos⁴ a las mujeres, hombres, niñas y niños

³ Consultable en la liga: <https://salud.guanajuato.gob.mx/programas/estilos-de-vida-saludable> .

guanajuatenses a implementar una alimentación sana para fortalecer el sistema inmunológico e incrementar defensas para combatir enfermedades; así como desarrollar diversas campañas en prensa escrita, radio, redes sociales y a través de su portal electrónico oficial.

Ahora bien, de manera transversal e integral, a través de la Secretaría de Educación de Guanajuato, por conducto de la Red Estatal de Nutrición se ofrece orientación, asesoría y capacitación con el programa "Salud a la carta"⁵, herramienta didáctica que brinda capacitación y orientación a la comunidad educativa en temas de nutrición e higiene.



GTO Secretaría de Educación de Guanajuato

¡salud a la carta!

¿Conoces la **nueva** asignatura **Vida Saludable**?

¿Sabías que la **nutrición** es parte fundamental para que **estés sano**?

Consulta la carta que te ofrece la **Red Estatal de Nutrición** y solicita **capacitación, orientación y asesoría** en herramientas didácticas para la **promoción de un mejor estilo de vida.**

Una Vida Saludable para toda la comunidad educativa.

Para más información, escribenos al correo electrónico: educacion_salud@seg.guanajuato.gob.mx

El programa establece la asignatura Vida Saludable en primaria y secundaria, cuyos propósitos generales buscan propiciar el pensamiento crítico y la toma de decisiones acerca de la dieta y su impacto en la salud y en el medio ambiente, como base para asumir la necesidad de una alimentación saludable y sostenible a lo largo de la vida.

En el desarrollo del proceso se favorece el cuidado de sí mismo, mediante la formación de hábitos de higiene personal y limpieza, así como la corresponsabilidad

⁴ <https://boletines.guanajuato.gob.mx/2022/01/18/ssg-hace-un-llamado-a-implementar-una-alimentacion-sana-para-fortalecer-el-sistema-inmunologico-e-incrementar-defensas-para-combatir-enfermedades/> .

⁵ <https://boletines.guanajuato.gob.mx/2021/01/28/ofrece-seg-orientacion-del-programa-red-estatal-de-nutricion-para-la-asignatura-vida-saludable/>

para el cuidado colectivo, con énfasis en acciones encaminadas a la prevención de enfermedades infecciosas y otros riesgos para la salud física y mental.

También busca fortalecer la conciencia respecto de la importancia de las actividades físicas dentro y fuera del contexto escolar, así como cultivar la perseverancia para su práctica habitual.

Para favorecer la implementación de hábitos saludables la Red Estatal de Nutrición, brinda apoyo para elaborar un plan de trabajo de acuerdo con las necesidades de la comunidad educativa. Para más información se tiene a disposición de la ciudadanía en general al correo electrónico educación_salud@seg.guanajuato.gob.mx.



De la misma manera, con el liderazgo del Sistema Estatal para el Desarrollo Integral de la Familia –DIF Estatal–, desarrollamos la estrategia "Asistencia Alimentaria GTO" en su vertiente "Orientación y Calidad Alimentaria", en el cual se realizan acciones de orientación y educación alimentaria mediante la promoción a la población, de una alimentación correcta, buenas prácticas de higiene, ejercicio, hidratación y utilización del menú cíclico, por medio de pláticas, capacitaciones, talleres, demostraciones culinarias, actividades lúdicas, material didáctico o

cualquier otro instrumento que contribuya al cumplimiento de los objetivos de la estrategia⁶.

Cabe señalar que, en el Cuarto Informe⁷ de la Administración Pública Estatal 2018-2024, rendido el pasado 4 de mayo de 2022, dimos cuenta que, en fomento de una cultura de nutrición, Guanajuato invierte en las personas para beneficio de su calidad nutricional. En tal sentido:

- Promovimos hábitos saludables a nivel individual, familiar y colectivo, realizamos 2 mil 223 acciones de orientación y educación alimentaria a 16 mil 617 personas en los 46 municipios del estado.
- Innovamos en el intercambio de conocimientos y orientación alimentaria para las familias, a través de las redes sociales oficiales del DIF Estatal, llevamos a cabo la difusión de 11 conferencias y charlas virtuales, que abordaron temáticas de sana alimentación, manejo adecuado y preparación de alimentos.
- Promovimos estilos de vida saludables con el desarrollo de acciones y competencias integrales. Se realizaron 4 mil 857 eventos educativos participativos en 13 temas prioritarios. Con esto se logró la certificación de 140 entornos laborales alimentarios y físicamente saludables.
- En coordinación con los 46 Sistemas Municipales del DIF. Brindamos orientación y educación alimentaria a 1 mil 816 personas, a través de 590 talleres que nos permitieron impulsar hábitos saludables para la alimentación adecuada de nuestras familias.

Asimismo, la Red Estatal de Nutrición desarrolló capacitaciones sobre alimentación saludable, higiene y salud, para 50 mil 673 educandos. Además, se realizaron las Semanas Estatales de Alimentación Escolar, de Salud y Cultura Física con la participación de 27 mil 121 personas; así como talleres para 4 mil 198 madres, padres de familia, docentes y estudiantes en la preparación de alimentos.

Igualmente, en acción de un gobierno proactivo, contamos con programas que fomentan y orientan a la ciudadanía a realizar activación física que coadyuve a mejorar su calidad de vida.

⁶ Consultable en la liga: <https://dif.guanajuato.gob.mx/programas-operativos/#start> .

⁷ Consultable en la liga: <https://4toinformeds.guanajuato.gob.mx/> .

Ejemplo de ello es el programa de "Actividad Física"⁸, a cargo de la Secretaría de Salud Estatal, el cual tiene como objetivo mantener tus huesos sanos y una vida saludable. Por lo cual, se recomienda realizar activación física a la población de acuerdo con su edad:

- **De recién nacidos a 4 años:**

La estimulación temprana es una forma de activación física y ayuda a fortalecer el cuerpo y a desarrollar las emociones y la inteligencia de su hija o hijo. Ejemplo: recuéstalo boca a arriba tómallo de sus brazos y levántalo hasta sentarlo; cuando esté sentado sin apoyo balancéalo hacia los lados, haz lo mismo hacia atrás y hacia adelante; Aliéntalo a que gatee; jueguen a agacharse y levantarse o a perseguirse.

- **De 5 a 17 años:**

En esta etapa la actividad física consiste en juegos, deportes, actividades recreativas en familia en la escuela o en la comunidad. Ejemplo: jugar en parques, practicar artes marciales; realizar mínimo 20 minutos de algún deporte, patinaje, voleibol, futbol, ciclismo, natación, etc.

- **De 18 a 64 años:**

Para los adultos de este grupo de edades, la actividad física consiste en actividades recreativas, desplazamientos, actividades ocupacionales, tareas o ejercicios programados en las actividades diarias. Ejemplo: utiliza las escaleras en lugar del ascensor, escoge la ruta más larga al caminar; en tu tiempo libre realiza flexiones, estiramientos, yoga o pesas con brazos y piernas; practica algún deporte

- **Más de 65 años:**

Haz flexiones de cuello hacia delante y atrás, de lado al lado; sentado y sosteniéndote de la silla con las manos, estira las piernas y toca la punta de ambos pies; camina sobre la punta de los pies un tramo y regresa caminando sobre los talones; con los pies separados haz flexiones con las rodillas.

La activación física mejorará las funciones cardiorrespiratorias, musculares, la salud ósea y reduce el riesgo de enfermedades no transmisibles como la obesidad, sobrepeso y la hipertensión arterial.

Asimismo, en atención a las restricciones de las actividades cotidianas sociales derivadas de la contingencia sanitaria por la pandemia del Covid-19, tuvimos que reinventar el ejercicio de la función pública, a efecto de dotar de

⁸ <https://salud.guanajuato.gob.mx/programas/actividad-fisica>

herramientas a la población, que coadyuvaran a mejorar su calidad de vida y potenciaran su salud, por lo cual impulsamos, bajo la rectoría de la Secretaría de Educación de Guanajuato, la campaña "Actívate en casa"⁹, asumiendo el reto de activar a las niñas, niños y jóvenes de forma divertida e innovadora desde sus casas.



Así, con el esfuerzo y compromiso de las y los docentes, impulsamos actividades físicas que se transmitieron en redes sociales institucionales, con el objeto de impulsar estilos de vida saludables en los estudiantes y padres de familia, durante el periodo de educación a distancia.

Por último, a través de la Comisión de Deporte del Estado de Guanajuato, se coordina el proceso de ejecución de obras de infraestructura deportiva en la entidad, realizando construcción de canchas, campos y gimnasios al aire libre; además, se rehabilitan canchas de usos múltiples, se equipan y se mejoran las condiciones de espacios que requieran ampliación o remodelación para ofrecer un mejor servicio a los guanajuatenses.

Por lo anterior, la Administración Pública Estatal 2018-2024, ratifica su compromiso en continuar desarrollando e implementando acciones y programas que fomenten la sana alimentación, la activación física y la práctica del deporte, que coadyuven a mejorar la calidad de vida de las y los guanajuatenses.

⁹ <https://boletines.guanajuato.gob.mx/2020/12/18/docentes-de-educacion-fisica-de-la-seg-promueven-la-activacion-a-distancia-2/>.



Secretaría
de Gobierno



Reciba un cordial saludo y a la vez, encomiamos la labor de ese órgano legislativo al que representa.

Respetuosamente.

Guanajuato, Gto., 1 de febrero de 2023

a **Mtra. Libia Dennise García Muñoz Ledo**
Secretaría de Gobierno

C.c.p. Lic. **Diego Sinhue Rodríguez Vallejo**. Gobernador Constitucional del Estado. Para su superior conocimiento.
Mtra. **María Soledad Aguayo Aguilar**. Coordinadora General Jurídica del Gobierno del Estado. Mismo fin.
Licda. **Juanita de la Cruz Martínez Andrade**. Secretaria Particular del C. Gobernador. Mismo fin. En atención al folio **64624**.

Archivo/minutario.

GOBIERNO DEL ESTADO DE GUANAJUATO

Paseo de la Presa 103 Tercer Piso | Guanajuato, Gto. México | C.P. 36000 | Tel. (473) 735 36 36 ext. 3903

sg.guanajuato.gob.mx