

**DIPUTADOS INTEGRANTES DE LA COMISIÓN PERMANENTE DEL  
H. CONGRESO DEL ESTADO DE PUEBLA  
P R E S E N T E S**

La suscrita Diputada Geraldine González Cervantes, integrante del Grupo Legislativo del Partido Verde Ecologista de México, con fundamento en lo dispuesto por los artículos 63 fracción II y 64 de la Constitución Política del Estado Libre y Soberano de Puebla; 44 fracción II, 144 fracción II, 147, 148 y 149 de la Ley Orgánica del Poder Legislativo del Estado Libre y Soberano de Puebla; y demás relativos aplicables, someto a consideración de esta Soberanía el siguiente **PUNTO DE ACUERDO** de conformidad con los siguientes:

**CONSIDERANDOS**

De acuerdo a la Organización Mundial de la Salud, para que una persona goce de calidad de vida, es necesario fortalecer en ella sus ámbitos físico, social y mental.

La Federación Mexicana de Yoga Deportivo es la organización que agrupa a distintas asociaciones estatales de yoga de la República Mexicana, con el fin de regular y trabajar en conjunto para impartir yoga deportivo en México.

Uno de sus principales objetivos es la transformación de la niñez mexicana, con programas para disminuir la violencia en las escuelas y obesidad infantil, en base a impartir el programa de clases de Yoga Deportivo, laico y gratuito como activación física en las escuelas de educación básica.

Organizado por la Comisión de Deporte y la Secretaría de la Comisión de Derechos de la Niñez de la Cámara de Diputados del Honorable Congreso de la Unión, en diciembre de 2015 se llevo a cabo el Foro “La Yoga aplicada al deporte como mecanismo de Control de Agresividad y Obesidad en la Niñez”, con la intención de concientizar y sentar las bases para incorporar dicha disciplina en los programas de educación básica.

Consecuencia de lo anterior, el cuatro de octubre de 2016 se presentó ante la Cámara de Diputados del Honorable Congreso de la Unión, una Iniciativa de Decreto que reforma el artículo 47 de la Ley General de Educación, con el objeto de incorporar dentro de los planes de estudio del nivel escolar básico, la asignatura extracurricular de la técnica deportiva del yoga, como una forma de activación física que ejercite cuerpo y mente.

De acuerdo a cifras de educación pública, para el ciclo escolar 2015 – 2016 Puebla contó con 1 millón 476 mil 683 alumnos. De estos, 292 mil 653 eran de educación preescolar, 797 mil 201 de primaria y 386 mil 829 de secundaria. Por su parte, la matrícula escolar del nivel medio superior fue de 280 mil 607 estudiantes.

Cifras de la Dirección General de Prevención al Delito de la Procuraduría General de la República reportan que uno de cada seis jóvenes es víctima de violencia escolar.

Lo anterior representa una de las mayores problemáticas del sistema escolar. El bullying es una de las prácticas que mayor afectación provoca al estudiante, repercutiendo tanto en su rendimiento escolar como en su estabilidad emocional y física. Existen incluso casos en que el acoso o violencia escolar han orillado a niños y jóvenes al suicidio.

Otra de las materias pendientes de atención es la obesidad y sobrepeso infantil. De acuerdo a estudios internacionales, México ocupa el primer lugar en obesidad y sobrepeso, lo cual ha provocado deficiencias a la salud tales como la diabetes, padecimientos cardiovasculares, sofocamiento e infartos, entre otros.

Sin duda alguna la prevención debe ser prioridad para la solución de cualquier problemática personal o social. En el caso que se plantea, es indispensable aplicar dicho criterio en el entorno escolar, desde el cual pueden atenderse de manera amplia y eficiente casi cualquier fenómeno con posibilidades mayúsculas de éxito.

El yoga es una disciplina con muchos beneficios para los adultos, pero también tiene muchas ventajas para los niños. No existe una edad para hacer yoga, y los más pequeños pueden aprovechar esta práctica para estar en forma y desarrollar al máximo sus capacidades.

#### Ventajas del yoga para niños

- Se estimula la capacidad para estar alerta y relajado a la vez.
- Provoca sensación de comodidad y control en su entorno.
- Aprender a respirar correctamente.
- Se genera mayor fuerza y flexibilidad física.
- Control del peso.
- Se logra mayor calidad de las horas de sueño.
- Fortalecimiento del sistema inmunológico.
- Pacifica la mente, sus miedos, angustias y obsesiones.
- Logra que la mente se concentre y evita la violencia.
- Sana traumas y heridas.

En complemento, algunos especialistas plantean que el aprendizaje de yoga en las escuelas mejoraría el rendimiento escolar de los alumnos, fomentaría la concentración y alejaría algunos episodios de violencia.

En los últimos tiempos docentes de distintos niveles escolares han comprobado que la práctica de este tipo de ejercicios mejora el rendimiento escolar. La llaman, por eso, la alfabetización interior. Actualmente se practica en países como Uruguay, Chile, Argentina, Australia, Inglaterra, España, Francia, Rusia y Estados Unidos, por mencionar algunos.

En todos los países se ha comprobado que las técnicas **estimulan las capacidades de aprendizaje y la motivación, mejoran la relación entre los docentes y los alumnos, disminuyen la agitación propia de las clases, aumentan el grado de atención y serenar la conducta entre los mismos estudiantes.**

De acuerdo a la Ley Estatal de Salud, el derecho a la protección a la salud tiene como finalidad buscar el bienestar físico y mental de las personas, así como la prolongación y el mejoramiento de la calidad de la vida humana.

Por su parte la Ley de Educación del Estado de Puebla establece que la educación debe contribuir al desarrollo integral del individuo y a la transformación de la sociedad.

En este sentido promover la práctica de disciplinas como el yoga, o cualquier otra que conjunte el ejercicio físico y la meditación en el entorno escolar, pueden ser de gran utilidad para mejorar la convivencia, el rendimiento escolar, así disminuir los casos de bullying y obesidad.

Para lograr lo anterior, es necesario sentar las bases que permitan al estado implementar las políticas públicas que brinden a niños y adolescentes estabilidad física, psicológica y emocional, así como para mejorar su rendimiento y facilitar un entorno libre de violencia.

Por lo anteriormente expuesto propongo el siguiente:

**PUNTO DE ACUERDO**

**ÚNICO.-** Se exhorta a las Secretarías de Educación Pública y de Salud, ambas del Estado de Puebla, a fin de que en el ámbito de sus atribuciones implementen un programa dirigido a los niveles básico y medio superior, que tenga como fin la impartición de la disciplina del “yoga”, como medio para garantizar la salud y bienestar físico, psicológico y emocional de los estudiantes, así como mejorar su rendimiento y socialización.

**A T E N T A M E N T E**  
**CUATRO VECES HEROICA PUEBLA DE ZARAGOZA A**  
**04 DE ABRIL DE 2017**