

Morelia, Michoacán a 05 de junio de 2020

**DIP. ANTONIO DE JESÚS MADRIZ ESTRADA  
PRESIDENTE DE LA MESA DIRECTIVA DEL CONGRESO  
DEL ESTADO DE MICHOACÁN DE OCAMPO.  
P R E S E N T E.**

Mayela del Carmen Salas Sáenz, Diputada de la Septuagésima Cuarta Legislatura del Honorable Congreso del Estado de Michoacán de Ocampo de integrante del Grupo Parlamentario de MORENA, en ejercicio de la facultad que me confiere los artículos 8° fracción II, 236 y 236 bis de la Ley Orgánica y de Procedimientos del Congreso del Estado de Michoacán de Ocampo, presento a esta soberanía la siguiente **Propuesta de Acuerdo de urgente y obvia resolución, donde se exhorta respetuosamente al Titular del Poder Ejecutivo del Estado, para que, en la medida de lo posible, tomando en cuenta las medidas sanitarias y protocolos que han presentado asociaciones deportivas, se abra paulatinamente los gimnasios, centros y unidades deportivas. Esto con el fin de evitar problemas que ocasiona el confinamiento, como: sobrepeso, depresión, ansiedad, atrofia muscular y estrés, sustentando en la siguiente:**

### **EXPOSICIÓN DE MOTIVOS**

Teniendo en cuenta que la educación física, y el deporte en general, forma parte del humano por ser fundamental para su desarrollo, trae una historia consigo. Esto lo podemos ver en diferentes niveles de la sociedad, hasta en el ámbito educativo.

Así mismo, analizando algunos datos históricos el deporte siempre ha existido en razón, de que ninguna sociedad puede estar sin realizar algún deporte o actividad física, ya que sirve para las distracciones sociales e individuales, por tanto resulta difícil dejar de practicarlas.<sup>1</sup> Los beneficios que aporta a la salud en general, son incalculables.

En México, llegó la pandemia del COVID-19 a finales del mes de febrero del año en curso, se optó por publicar las Medidas de Seguridad Sanitaria por la Secretaría de Salud<sup>2</sup>, dividiendo entre dos tipos de sectores de esenciales y no esenciales para evitar la propagación, trayendo consigo el cierre de los lugares públicos para recreación y centros deportivos, ya que no se consideraban dentro de los sectores esenciales, en razón de que no se permiten las reuniones, aglomeraciones y congregaciones de más de 50 personas.

En Michoacán, atendiendo a las medidas publicadas, el gobernador Silvano Aureoles Conejo, firmó el 20 de abril del año en curso el Decreto de confinamiento obligatorio, donde diversos sectores se vieron afectados, por la aplicación de la misma, ya que no habría la posibilidad de seguir llevando a cabo sus actividades con normalidad.

---

<sup>1</sup> Disponible en: [https://biblioteca.unirioja.es/tfe\\_e/TFE001673.pdf](https://biblioteca.unirioja.es/tfe_e/TFE001673.pdf) fecha 02-06-2020 hora 16:30

<sup>2</sup> Disponible en: <https://www.gob.mx/salud/documentos/medidas-de-seguridad-sanitaria-239275> fecha 02-06-2020 hora 17:40

El punto central es que la población michoacana, está enfrentado otros problemas aparte del covid-19, como son la salud mental y física, ya que están sometidos a una reducción en la actividad deportiva, para mejorar su condición personal.

La vida se paralizó y ahora tenemos que adaptarnos temporalmente a esta situación. Por supuesto el momento que acontece nos genera estrés, pero no solo por la pandemia, sino también las consecuencias generadas por el confinamiento. Han surgido despidos en el trabajo, reducción de ingresos mensuales, se tiene el hecho de convivir 24hrs con la pareja, hijos, familiares o compañeros de cuarto.

La ansiedad, miedo y apatía, pueden ser los principales protagonistas en estos días. Estas emociones son consecuencia de la incertidumbre que la situación genera. Pueden aparecer pensamientos de tipo catastrofistas y anticipatorios, poniéndonos en los peores y más improbables escenarios, pero que nos generarán un gran malestar, causando la aparición de sobrepeso, trastornos tipo emocional, como ansiedad y depresión o trastornos pos estrés postraumático.<sup>3</sup>

De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud, más de 264 millones de personas en el mundo viven con ansiedad y en México, 15% de la población tiene este trastorno, según la Universidad Nacional Autónoma de México.

Durante la pandemia por el nuevo coronavirus, el organismo ha llamado a la población a cuidar de su salud mental durante el confinamiento. De acuerdo con un

---

<sup>3</sup> Disponible en: <https://www.psicologiamadrid.es/blog/articulos/psicologia-y-coronavirus/coronavirus-efectos-psicologicos-generados-por-el-confinamiento> fecha 02-06-2020 hora 21:18

estudio de la Asociación Estadounidense de Psicología, los tres problemas más frecuentes en el confinamiento son la ansiedad, el estrés y la depresión.

El hacer ejercicio, puede traer innumerables beneficios a la población, ayudando a minimizar los daños colaterales causados por el confinamiento obligatorio, el ejercicio regular y la actividad física puede ayudar a: Controlar el peso, reducir el riesgo de enfermedades del corazón, controlar los niveles de azúcar en la sangre, Mejorar la salud mental y estado de ánimo, Fortalecer los huesos y músculos y además es un aliciente para conciliar el sueño. Debido al creciente problema de salud pública, que hay en el estado de Michoacán, el sistema de salud no cuenta con los recursos suficientes, para poder apaciguar los problemas colaterales del COVID-19.

La Asociación Mexicana de Gimnasios y Clubes (Amegyc) desarrolló un protocolo para el regreso de la “nueva normalidad” de los gimnasios y centros deportivos, El protocolo está alineado con las medidas propuestas por diferentes asociaciones deportivas a nivel mundial y con lo estipulado por la Secretaría de Salud, según el comunicado de la Amegyc.

Para las medidas generales de limpieza, el protocolo abarca entre otras medidas:

**-Contar con solución de alcohol al 70% a disposición de usuarios y staff en cada área del gimnasio/club/estudio.**

-Tener a disposición del cliente, toallas sanitizantes para que puedan limpiar las áreas o superficies de contacto común, como pesas, manubrios de bicicletas, controles electrónicos de corredoras, etc., y recomendar su uso antes y después de haber realizado la actividad física.

**-En áreas húmedas, colocar desinfectante, y recomendar su uso antes y después del uso de regaderas o baños.**

-Contar con material visual (impresos o proyecciones en pantalla), con mensajes alusivos a cuidar la sana distancia, lavado o desinfección frecuente de manos, limpieza de objetos de uso común e higiene respiratoria.

**-Por otro lado, todos los colaboradores y staff contarán con equipo de seguridad como cubrebocas y goggles o barreras físicas entre áreas de mostrador, que delimiten contacto entre staff y clientes y se consideran medidas como:**

– Capacitar a los trabajadores sobre las medidas preventivas que debe seguir para evitar contagio y propagación del virus Covid-19 en la plataforma CLIMSS (<https://climss.imss.gob.mx/>).

**– Vigilar la salud física y mental de sus trabajadores, e incluir protocolo para el manejo de trabajadores sospechosos, contactos, confirmados con Covid-19 y su reincorporación al trabajo.<sup>4</sup>**

La actividad física y el deporte son sinónimo de salud, expresa valores de vida, alegría, deseo de progreso, de libertad, y de movimiento, de compartir, de sociabilizar, todos estos aspectos son de enriquecimiento tanto personal como grupal. Por lo tanto, es necesario la reapertura de espacios de recreación física, para prevenir los problemas que causa el confinamiento por COVID-19, siempre y cuando se atiendan las medidas sanitarias, con sana distancia y un número menor

---

<sup>4</sup> Tomado el 04-06-2020 en: <https://www.forbes.com.mx/negocios-asi-deberan-de-operar-los-gimnasios-cuando-se-levante-la-cuarentena-nueva-normalidad/>

de usuarios de lo establecido dentro de los establecimientos; y quienes no acaten las normas establecidas por la Secretaría de Salud; y protocolos por las instancias competentes, se les niegue la operatividad de los centros deportivos.

Se considera de urgente y obvia resolución, porque es una problemática actual, y su no atención en la brevedad, puede causar daños más graves de salud pública, en un futuro cercano.

En ejercicio de la facultad que me confiere los artículos 8° fracción II, 236 y 236 bis de la Ley Orgánica y de Procedimientos del Congreso del Estado de Michoacán de Ocampo, presento a esta soberanía la siguiente propuesta de:

### **ACUERDO**

**ÚNICO.** - Se exhorta respetuosamente al Titular del Poder Ejecutivo del Estado, para que, en la medida de lo posible, tomando en cuenta las medidas sanitarias y protocolos que han presentado asociaciones deportivas, se abra paulatinamente los gimnasios, centros y unidades deportivas. Esto con el fin de evitar problemas que ocasiona el confinamiento, como: sobrepeso, depresión, ansiedad, atrofia muscular y estrés.

**ATENTAMENTE**

**DIP. MAYELA DEL CARMEN SALAS SÁENZ**