

**LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias
Sociales y Humanidades, Asunción, Paraguay.**

ISSN en línea: 2789-3855, 2025, Volumen VI

Vida saludable en Educación Básica, Retos y desafíos

Healthy Living in Basic Education: Challenges

Ernesto Ceballos Gurrola

jercegu@gmail.com

<https://orcid.org/0000-0002-8450-4083>

Benemérita Escuela Normal "Manuel Ávila

Camacho

Zacatecas – México

José de Jesús Reveles Márquez

josereveles@benmac.edu.mx

<https://orcid.org/0009-0008-2753-7752>

Benemérita Escuela Normal "Manuel Ávila

Camacho"

Zacatecas – México

Frida Irai Itzchel Guerra Quiroz

fridagq17@gmail.com

<https://orcid.org/0009-0002-6096-9510>

Benemérita Escuela Normal "Manuel Ávila

Camacho"

Zacatecas – México

DOI: <https://doi.org/10.56712/latam.v6i5.4653>

Artículo recibido: 23 de junio de 2025

Aceptado para publicación: 14 de octubre de 2025.

Conflictos de Interés: Ninguno que declarar.


Redilat
Red de Investigadores
Latinoamericanos

NÚMERO

DOI: <https://doi.org/10.56712/latam.v6i5.4653>

Vida saludable en Educación Básica, Retos y desafíos

Healthy Living in Basic Education: Challenges

Ernesto Ceballos Gurrola

jercegu@gmail.com

<https://orcid.org/0000-0002-8450-4083>

Benemérita Escuela Normal "Manuel Ávila Camacho

Zacatecas – México

José de Jesús Reveles Márquez

josereveles@benmac.edu.mx

<https://orcid.org/0009-0008-2753-7752>

Benemérita Escuela Normal "Manuel Ávila Camacho"

Zacatecas – México

Frida Irai Itzchel Guerra Quiroz

fridagq17@gmail.com

<https://orcid.org/0009-0002-6096-9510>

Benemérita Escuela Normal "Manuel Ávila Camacho"

Zacatecas - México

Artículo recibido: 23 de junio de 2025. Aceptado para publicación: 14 de octubre de 2025.

Conflictos de Interés: Ninguno que declarar.

Resumen

Este estudio se centra en el análisis del eje articulador vida saludable en México, identificando los principales problemas que obstaculizan su impacto efectivo en los estudiantes desde la implementación de dicha asignatura, así mismo, se revisan las herramientas y recursos proporcionados por la Secretaría de Educación Pública para su desarrollo en las escuelas. El estudio se realiza con un diseño bibliográfico al ser sometidos a análisis de contenido o de discurso desde la revisión documental de los diversos documentos revisados, siguiendo lo propuesto por Krippendorff (1980) en Loparco y Michinel (2008). Dicho trabajo llevó a dos categorías principales, de las cuales surgen cinco subcategorías de cada una de ellas.

Palabras clave: vida saludable, alimentación, actividad física

Abstract

This study focuses on the analysis of the articulating axis of healthy living in Mexico, identifying the main problems that hinder its effective impact on students since the implementation of said subject, likewise, the tools and resources provided by the Secretariat of Public Education for its development in schools are reviewed. The study is carried out with a bibliographic design by subjecting the various documents reviewed to content or discourse analysis from the documentary review, following what was proposed by Krippendorff (1980) in Loparco and Michinel (2008). This work led to two main categories, from which five subcategories arise for each of them.

Keywords: healthy living, nutrition, physical activity

Todo el contenido de LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades, publicado en este sitio está disponibles bajo Licencia Creative Commons.



Cómo citar: Ceballos Gurrola, E., Reveles Márquez, J. de J., & Guerra Quiroz, F. I. I. (2025). Vida saludable en Educación Básica, Retos y desafíos. *LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades* 6 (5), 1029 – 1039. <https://doi.org/10.56712/latam.v6i5.4653>

INTRODUCCIÓN

La salud es tema relevante y de interés para todos los países, México no es la excepción ya que se considera uno de sus principales problemas que enfrenta desde hace ya varias décadas. La salud es un tema que está ligado a la calidad de vida, estatus que para un grupo de personas es un reto alcanzar, siendo esta una de las razones que motivan el presente escrito. De inicio se reconocen diversos elementos que se relacionan con el aumento o disminución de la calidad de vida, Cruz Santacruz (2022), menciona cuestiones económicas, los cambios en la política de salud, alimentación y en las formas de desplazarse las personas; sin embargo, para este trabajo se van a considerar aquellos que tienen que ver con la alimentación y ejercicio físico por ser aspectos importantes en lo que se hace llamar vida saludable, misma que forma parte de uno de los ejes articuladores del currículo de educación básica.

El plan de estudios 2022 propone 7 ejes articuladores como componentes del currículo con la finalidad de contribuir al desarrollo de capacidades para vivir y convivir como individuos sociales que valoren los principios de libertad, igualdad, justicia, respeto, equidad y desde ahí contribuir a su comunidad (MEJOREDU, 2022); es a partir de ahí y de la pandemia del COVID- 19 que la Nueva Escuela Mexicana integró en el currículo entre sus ejes uno denominado Vida Saludable, el cual busca comprender la relación que existe entre el medio ambiente, la dinámica social, aspectos económicos, culturales de las comunidades urbanas y rurales, así como las consecuencias de salud individual y colectiva, también, busca promover hábitos saludables y prevenir enfermedades o situaciones de riesgo (Columbié et al., 2024). De igual manera la SEP (2022) y Vargas et al., (2023), consideran la importancia de diferentes sectores de la comunidad para que contrarresten los condicionantes sociales de la salud en la escuela, pero también como apoyo a los docentes con programas de promoción de la salud, como la salud alimentaria, lo bucodental, mental, higiene personal, uso del tiempo libre, prevención de enfermedades transmisibles e intransmisibles, prevención del embarazo no deseado, consumo de drogas y tabaquismo y fomentar la actividad física y el deporte.

Es ante lo anterior y lo complejo del problema que el Gobierno de México junto con la Secretaría de Salud y la Secretaría de Educación Pública (2024), lanzaron un boletín de nuevos lineamientos y acciones de vida saludable en escuelas, donde se muestran cifras de ENSANUT (2020-2023) que destacan la importancia de implementar vida saludable en las aulas; indica que en México 5.7 millones de estudiantes de 5 a 11 años y 10.4 millones de estudiantes de 12 a 19 años tienen obesidad. Además, se realizó un análisis de los hábitos alimenticios de los menores en donde se destacó que el consumo de azúcar era alto, cerca de dos terceras partes (66%) de la población escolar supera el límite máximo recomendado por la OMS (10%) y la mayoría provienen de refrescos y productos ultra procesados. El panorama alimenticio en las escuelas no es favorable para erradicar el problema que enfrentamos.

La inactividad física también es un problema latente, ya que 7 de cada 10 escolares y 5 de cada 10 adolescentes son inactivos. Según la OMS (Lino, 2021), la falta de ejercicio y actividad física fue un factor determinante que impidió reducir las muertes por COVID-19. Además, uno de cada cuatro adultos y cuatro de cada cinco adolescentes no realizan suficiente actividad física, lo cual genera un costo elevado en atención médica. México sigue enfrentando los efectos de la pandemia (Blaine, 2019) y es crucial que las clases de Educación Física sean implementadas en su totalidad, orientándose hacia la preparación y el funcionamiento físico para promover hábitos de vida saludables.

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), un aumento en la actividad física y deportiva contribuye a regular enfermedades no transmisibles, prevenirlas y reducir los síntomas de depresión y ansiedad. Además, mejora el rendimiento cognitivo, potencia la memoria y promueve la salud cerebral, fortaleciendo así el bienestar integral de los estudiantes (INEGI, 2021). Las actividades físicas son acciones fundamentales para generar estados de bienestar en el que están interrelacionados el desarrollo físico con el afectivo, en donde importan los cuerpos y el despliegue de sus potencialidades

físicas, como las emociones, los vínculos con el medio ambiente y las demás personas, todo ello como parte de un proceso formativo en el que se integre lo físico, mental, emocional y social (SEP, 2024). De ahí la importancia de que en las escuelas se consideren estos aspectos ya que juegan un papel fundamental al proporcionar múltiples oportunidades para la actividad física, dado que la mayoría de los jóvenes pasan una cantidad significativa de tiempo en ellas (McMullen et al., 2015) y son varios estudios donde queda de manifiesto que la práctica regular de actividad física no solo favorece el mantenimiento de las habilidades cognitivas, sino que también contribuye al buen juicio y al aprendizaje a lo largo de los años, disminuyendo el riesgo de enfermedades, al tiempo que mejora la calidad de vida (Maddock & Kellstedt, 2020).

Sumado al problema señalado, Garduño (2023), brinda un análisis crítico sobre la nueva currícula de la Nueva Escuela Mexicana, en donde sobresalta que los ejes articulares a los que pertenecen Vida Saludable, son confusos para el docente; hay una compleja categorización y es poco claro cómo se ejecutarán. Señala que no hay herramientas que ayuden al entendimiento de los docentes, falta coherencia en las propuestas de los programas y centrándose en la Estrategia Nacional de Salud Escolar, concluye que era una buena propuesta, pero no hubo las capacitaciones ni talleres que se marcaban en dicha estrategia, por lo tanto, no se logró el objetivo de crear Escuelas Promotoras de Salud.

Ante este escenario complejo se ha demostrado que en países en donde la alfabetización en materia de salud forma parte de la agenda nacional, ciudadanos que viven en zonas rurales, pobreza o en situación migratoria tienen dificultades para acceder a esta; Columbiél et al., (2024) habla sobre este concepto como un aprendizaje esencial para que el estudiante comprenda que la salud depende de la multiplicidad de varios factores sociales, económicos, ambientales, políticos en el ámbito individual, grupal y estructural. Es un proceso de enseñanza - aprendizaje que tiene como objetivo facilitar el desarrollo de buenas prácticas saludables y evitar las de riesgo. En México 43,9% de la población mexicana y 76,8% de la población hablante de lengua indígena vive en condición de pobreza; además México tiene políticas dirigidas a la alfabetización en materia de salud limitadas a comparación de países como Estados Unidos o Alemania (Argumedo et al., 2023).

En el ámbito de la educación y más explícito en el de la Educación Física, también se considera la alfabetización como una meta alcanzar de ahí que, Castillo et al. (2020) destaca que los atributos de la disciplina, como concepto, deben promover la alfabetización en actividad física como medio para favorecer el desarrollo y aprendizaje de los estudiantes.

Además, la alfabetización física, tal como se define en los estudios de López Alonzo et al. (2023), forma una parte esencial de la Educación Física al promover el desarrollo de conocimientos, habilidades y actitudes necesarias para que los estudiantes adopten estilos de vida activos y saludables, con la intención de practicar actividad física de manera continua a lo largo de su vida (Barnett et al., 2019; Edwards et al., 2018). Esta alfabetización puede entenderse como "la capacidad de identificar, comprender, interpretar, crear, responder eficazmente y comunicar, utilizando la dimensión humana en una amplia gama de situaciones y contextos, lo que implica un aprendizaje continuo que permite a los individuos alcanzar sus objetivos, desarrollar conocimientos, potenciar sus capacidades y participar plenamente en su comunidad y en la sociedad en general" (Contreras-Zapata et al., 2023).

Ante lo presentado, el objetivo de este trabajo es identificar las principales barreras que obstaculizan la implementación de manera efectiva del eje articulador Vida Saludable en los estudiantes y las herramientas y recursos que proporciona la SEP para su implementación en el aula.

METODOLOGÍA

El trabajo consiste en un corte parcial de una investigación más amplia que utiliza un diseño de investigación cualitativo e interpretativo (Vain, 2012), para la recopilación y el análisis de datos. Para este corte parcial se trabajó con artículos publicados en diversas bases de datos sobre la vida saludable en el contexto mexicano, con un diseño bibliográfico al ser sometidos a análisis de contenido o de discurso desde la revisión documental los diversos documentos revisados, siguiendo lo propuesto por Krippendorff (1980) en Loparco y Michinel (2008) y el proceder central del análisis de contenido relacionado con la construcción de categorías de análisis inferidas inductivamente del propio discurso de los planes de estudio.

Procedimiento

A partir de dos categorías principales, eje articulador vida saludable y herramientas para su implementación, se identificaron 5 subcategorías de cada una de las dos anteriores, mismas que permitieron construir el análisis y narrativa de los resultados. En la lectura se utilizó una matriz de congruencia (Rendón, 2001) para posteriormente elaborar el reporte.

RESULTADOS

A continuación, se presentan los principales hallazgos obtenidos a partir de una revisión bibliográfica de diferentes artículos con la finalidad de revisar y analizar las limitaciones de Vida Saludable (VS) y herramientas brindadas por la SEP para el proceso enseñanza – aprendizaje en el contexto mexicano.

Tabla 1

Categorías y Subcategorías

Vida Saludable	Herramientas para su implementación
Programa	Programa y manuales
Docente	Plataformas
Contenidos	Formación Docente
Obesidad	Sugerencias metodológicas
Capacitación	Educación Física

Vida Saludable

En el análisis de las subcategorías se identifica que la primera categoría relacionada a los Programas propuestos debe presentar alternativas o soluciones para combatir las consecuencias de la desigualdad en la salud de los estudiantes mexicanos, así mismo, se pone de manifiesto una evidente falta de coordinación en los equipos de diseño curricular al indicar que los ejes articuladores no tienen una lógica en su categorización y no se comprenden a la hora de su ejecución.

Existen críticas en la implementación del eje articulador Vida Saludable, pues se señala que no se debería ver simplemente como una disciplina, sino como el derecho a la salud y que no cumple con el objetivo de formar estudiantes conscientes que logren una vida saludable a través de su alimentación. En las referencias se establece que hay deficiencias en la enseñanza de educación alimentaria y no favorece un aprendizaje divertido, interesante o motivador, por lo que es necesario mayor material didáctico de acuerdo a la edad de cada estudiante para facilitar su comprensión, las estrategias didácticas pueden mejorar y se requiere de la colaboración de profesionales de la salud para impartir la materia y las actividades teóricas desaniman a los estudiantes y tienen rendimiento bajo a comparación de las actividades lúdicas.

Un aspecto a considerar es que se evalúe la efectividad de los programas con la finalidad de reforzar, re diseñar e implementar mejores estrategias para tener una mayor evidencia de control y prevención ya que, actualmente no se cuenta con indicadores que permitan identificar si las intervenciones han cumplido los objetivos.

Respecto a la subcategoría Docente, se identifica como el responsable de llevar a cabo el programa de VS, se insiste en que debe estar capacitado para comprender y enseñar, que la salud es un hecho social que se experimenta en el cuerpo de manera singular de acuerdo con las condiciones concretas de existencia de cada una y cada uno dentro de la sociedad a la que pertenecen, al igual que debe explicar si el programa es acorde al contexto en que se encuentra o se desea implementar para que sus comentarios sean una herramienta para resolver los problemas.

Otro aspecto importante señalado, es que el docente al impartir este eje articulador solo le dedica la mitad del tiempo establecido y no lo propuesto en el programa, además la planeación de sus clases no responde a las necesidades y situación del contexto, por lo que existe una distancia entre lo propuesto por el docente y las vivencias de los estudiantes. De ahí que el impacto del eje articulador depende del compromiso que cada docente tenga hacia la materia, su adquisición paulatina de competencias y su desarrollo profesional.

En relación a la subcategoría de Contenidos, nos exponen otra limitante al considerar el sesgo que puede haber a la hora de incorporar contenidos sobre prevención de enfermedades, ya que la comunidad escolar requiere estar al tanto de esta forma de estigmatización para evitarla, en otras palabras, existe preocupación por la forma como se presenten los contenidos y se recupera una idea ya señalada de recuperar a los mismos, pero con un sentido de pertinencia con el entorno inmediato de los estudiantes. Se detectaron referencias que hacen alusión a la falta de contenidos importantes como la inequidad de género y la burocracia en nuestro país a pesar de ser trabajos centrados en la vida saludable.

El concepto de Capacitación aparece en repetidas ocasiones, sin embargo, y a pesar de ser constante la importancia de la capacitación, igual se menciona que deben ser otros los expertos en trabajar este eje articulador ya que aún con la capacitación del docente no se garantiza la aceptación de este eje articulador ni tampoco que esté libre de ser señalado por el trabajo, razones lo que pueden afectar su efectividad.

La Obesidad es la categoría que se presenta al final en la categoría de vida saludable; para esta subcategoría se presentan como causas, la desigualdad social al ser un reto importante para las familias con ingresos bajos, ya que destinan del 50% al 41% de sus ingresos a su canasta básica y gracias al alza de precios, se les dificulta comprar lo necesario. Se enfatiza que en México 55.5% de los hogares tienen algún grado de inseguridad alimentaria, de estos, 32.8% es leve y 22.7% es moderada a severa. Esta situación se incrementa en localidades rurales ya que existe una baja disponibilidad e inaccesibilidad de alimentos nutritivos para algunos segmentos de la población, esto, junto con patrones de sedentarismo han potenciado el problema de sobrepeso y obesidad en el país.

En el mismo orden de ideas se considera que las variaciones de peso, talla, composición corporal, signos vitales, no sólo expresan salud o enfermedad, sino también las desigualdades entre las personas, por ejemplo, niñas o niños con desnutrición debido a pobreza extrema o a una mala alimentación y su relación con el sobrepeso y la obesidad propios de una sociedad donde los alimentos son una mercancía y no un proceso incorporado a la salud integral de las personas, lo que lleva a exponer que hay un problema dentro de las aulas y en la realidad inmediata de los estudiantes, ya que, aunque hay conciencia de una alimentación adecuada, las cooperativas y el ambiente obesogénico son atenuantes de los posibles beneficios de la concientización brindada en las aulas. Ante estos elementos se propone reforzar lineamientos ya que los niños siguen expuestos a la publicidad de

alimentos chatarra a través de programas de televisión, redes sociales y comerciales no aptos para niños. Además, México carece de infraestructura y organización suficiente para proporcionar atención integral a pacientes con obesidad en el primer nivel de atención

Respecto al análisis de la categoría Herramientas para la implementación del eje articulador de la VS, se identificaron seis subcategorías, la primera de ellas está relacionada con Programas y manuales, el primero de ellos es el plan de estudio para la educación preescolar, primaria y secundaria 2022 es una guía que abarca la explicación de todos los campos formativos; ejes articuladores, Nueva Escuela Mexicana, estructura curricular, fundamentos, políticas, derechos humanos y marco curricular, con la intención de brindar una herramienta clave de formación al docente. El manual para la certificación de escuelas promotoras de la salud hecho por la Secretaría de Salud, Subsecretaría de Prevención y Promoción de la Salud y Dirección general de Promoción de la Salud (2022), es otra herramienta que se ofrece y establece criterios operativos para que las escuelas puedan llegar a ser promotoras de salud, en este documento se muestran los conocimientos y acciones que deben de realizar los involucrados en promover el fomento a la salud.

La subcategoría de Plataformas es la que en apariencia puede dar más aportaciones o apoyo a la comunidad, algunas de las mismas son, Vidasaludable.gob.mx es una plataforma virtual que brinda material para su utilización dentro de las escuelas. En el inicio de la plataforma se encuentran varios iconos de alimentación saludable, actividad física, higiene bucal y cuidado de ojos, ofrece una explicación de cada concepto y algunos ejemplos de actividades didácticas para realizar en el aula. Además, hay video informativos, material de apoyo, recetario de alimentos saludables, una guía para los vendedores de alimentos dentro de las escuelas, guías para realizar jornadas de salud y ferias de salud.

Otra plataforma importante que es una buena herramienta para la formación docente es: mi escuela saludable.org realizada por el poder del consumidor con la finalidad de defender el derecho del consumidor y promover el consumo responsable. Dicho espacio ofrece una encuesta para saber si la escuela en la que laboras cumple con los lineamientos sobre alimentos y bebidas; además, en la sección de mapas de reportes de ciudadanos encontrarás resultados de las escuelas que ya han sido reportadas y el resultado en porcentajes del cumplimiento de esta ley.

Siguiendo con las herramientas digitales se identificó a Argumedo et al. (2023), señalar que la SEP aceptó 3 materiales para la implementación de Vida Saludable: Las aventuras de Dulce Clarita, Salud Integral para casi jóvenes y ¿Hasta que los kilos nos alcancen?

La Formación Docente es una subcategoría vista desde diversos espacios ya que va desde plataformas, documentos oficiales y artículos, de ahí las sugerencias de que el docente se inscriba a un curso de alimentación saludable y sostenible que tiene diferentes temas importantes como: nutrición y refrigerios saludables, guías saludables alimentarias y sostenibles, actividad física, sueño, sedentarismo y alimentación y rendimiento escolar. También se considera un diplomado de Vida Saludable para los docentes dirigido a promover la salud de los maestros como un factor para propiciar un cambio en ellos mismos y consecutivamente en sus estudiantes.

Desde la parte oficial La SEP (2025,) lanzó la Estrategia Nacional Vida Saludable Proyecto Comunitario con la finalidad de que el docente realice una jornada de salud escolar en donde los directivos, docentes, estudiantes, comunidad y padres de familia formen parte. Este documento dice paso a paso cómo realizar esta jornada o feria de la salud. Al inicio del documento señala el objetivo del eje Vida Saludable y cómo se vincula con el campo formativo de lo humano a lo comunitario, además, fundamenta esta práctica con la problemática actual en México y con esto, concientizar al docente para realizar esta jornada y analizar el impacto que haya tenido en su escuela y la comunidad.

Por otro lado, existen páginas donde se ofrecen investigaciones que ayudan como material de apoyo a los docentes, para investigar más sobre la situación real del país en cuanto a nuevos lineamientos, además de videos sobre vida saludable que pueden ayudarles como guía para la realización de su instrumentación didáctica. De manera general se resalta lo necesario e importante de la capacitación y certificación docente, incluyendo a directivos y padres de familia para el fomento de la salud.

La subcategoría Sugerencias Metodológicas propuestas por la SEP (2018), para el desarrollo de los proyectos educativos en el que se muestra la justificación y las etapas para realizar cada metodología; por ejemplo, el aprendizaje basado en proyectos comunitarios ideal para la construcción de significados a partir de diferentes escenarios pedagógicos y de diferentes contextos o el STEAM con un enfoque interdisciplinario y transdisciplinario para brindar explicaciones desde las ciencias y los saberes de las comunidades. El aprendizaje basado en problemas que orienta a la solución de problemas reales que hacen del proceso de aprendizaje una experiencia más allá del aula. Todas estas metodologías descritas en este documento pueden guiar al docente para formar proyectos para el eje articulador vida saludable y vincularlo a más contenidos de la Nueva Escuela Mexicana.

La subcategoría Educación Física tiene injerencia en la vida saludable por su participación en todas las escuelas de educación básica del país; sin embargo, los estudios dan fe de lo que dicha asignatura debería lograr y los problemas para su implementación, de ahí Duran (2025) menciona que la EF tiene un potencial en varios ámbitos de la persona, pero las dificultades que se tienen desde la poca credibilidad, la poca carga horaria, infraestructura y la diversidad en la formación del profesorado la vuelven un espacio de formación poco aprovechado. por lo que se hace mención al programa "suma minutos" para el fortalecimiento de la educación física, que tiene como objetivo reducir la inactividad física un 30% para el 2030, a través de la implementación de pausas activas dentro del salón de clases y el fomento de hábitos saludables. Se basa en tres líneas de acción:

- Pausas activas: de 3 a 5 minutos por cada hora de clase durante la jornada escolar, impartidas por el profesor junto con recomendaciones sobre alimentación e hidratación saludables.
- Capacitación y actualización para el fortalecimiento de la clase de educación física y formación didáctica y metodológica de manera continua en la práctica de actividades físicas por medio de material digital, tecnológico, impreso o tutoriales en línea.
- Participación masiva en juegos de convivencia escolar como; fútbol, béisbol, básquetbol, voleibol, salto de cuerda y tochito.

DISCUSIÓN

Este trabajo se centró en hacer el análisis sobre el eje de vida saludable de la Nueva Escuela Mexicana y las herramientas que se facilitan para su implementación, ante ello, autores como Cabrera (2015) ya señalaban la vida saludable como un derecho fundamental de las personas lo que coincide con los hallazgos ya que, se hizo alusión a que no se debe ver simplemente como una disciplina, sino como el derecho a la salud. De igual modo en el análisis de categorías se identificaron diversos factores para los problemas en la implementación de la materia Vida Saludable, situación similar con Cruz Santacruz (2022) y Columbié et al., (2024) quienes consideran varios aspectos de la estructura social, por lo que una aportación importante es cómo estas categorías son parte de dicha estructura.

Por un lado, no hay suficientes capacitaciones a docentes y directivos; el trabajo colaborativo que en un principio buscaba obtener Escuelas Promotoras de Salud nunca se realizó y actualmente el docente es el responsable de impartir Vida Saludable, aunque no tenga las suficientes herramientas para hablar de temas delicados como la obesidad sin caer en estigmatizaciones o discriminaciones que puedan

poner en riesgo la salud mental y emocional de los alumnos, coincidiendo con Vargas et al. (2023), López-Botello, & Mendieta-Lagunas, (2023).

La SEP (2022 y 2025), ha brindado herramientas que brindan apoyo a los docentes por medios digitales variados, pero se necesitan más temas por explorar y que acontecen a los estudiantes de educación básica; como por ejemplo: los trastornos alimenticios, dietas de moda, aplicación de antropometría correcta cuidando la integridad de los menores en todo momento, inseguridad alimentaria, relación emocional con la comida, manejo de ansiedad y estrés infantil, imagen corporal positiva, dependencia digital, abordaje de enfermedades crónico degenerativas desde la infancia y su impacto en la calidad de vida de los individuos.

CONCLUSIÓN

Este documento permite comprender que México se sigue esforzando por combatir sus principales problemas de salud pública, sin embargo, su contexto no le permite tener los resultados deseados. Un país en pobreza, con desigualdades, sin capacitaciones a docentes, sin infraestructura de calidad, difícilmente podrá acceder a una alfabetización en salud para toda su población y aunque la SEP brinda diversas herramientas para orientar a los docentes nunca se comparará con la implementación de cursos, capacitaciones, diplomados o aún mejor, un trabajo colaborativo con profesionales en el área de la salud.

Esta investigación puede ser de utilidad para docentes, pero es prudente enriquecerla con un estudio por más tiempo y analizando artículos internacionales y locales, que analice la enseñanza - aprendizaje del eje articulador Vida Saludable dentro del aula desarrollando las estrategias brindadas por la SEP para comprender mejor si las herramientas proporcionadas bien implementadas pueden generar un impacto positivo en los estudiantes.

Es indispensable involucrar a la comunidad escolar en su conjunto ya que no puede ser responsabilidad de una sola persona, por lo mismo, es necesario un trabajo colaborativo con profesionales en el área de la salud y que se desarrolle un proceso de seguimiento y evaluación desde el apoyo de la secretaría de educación con el diseño de un currículo que permita el desarrollo y ejecución de las asignaturas involucradas y por último la propuesta de leyes donde se involucren los anteriores.

REFERENCIAS

Águila Soto, C., & López Vargas, J. J. (2019). Cuerpo, corporeidad y educación: una mirada reflexiva desde la Educación Física (Body, corporeity and education: a reflexive view from Physical Education). *Retos*, 35, 413–421. <https://doi.org/10.47197/retos.v0i35.62035>

Argumedo, G., Cruz-Casarrubias, C. A., Bonvecchio-Arenas, A., Jáuregui, A., Saavedra-Romero, A., Martínez-Montañez, O. G., ... & Barquera, S. (2023). Hacia el diseño de Vida Saludable, un nuevo programa de estudios para la educación básica en México. *Salud pública de México*, 65(1, ene-feb), 82–92.

Blaine, A.M. (2019). Interaction and presence in the virtual classroom: An analysis of the perceptions of students and teachers in online and blended Advanced Placement courses. *Comput. Educ.* 132, 31–43. <https://doi.org/10.1016/j.compedu.2019.01.004>

Barnett, L. M., Dudley, D. A., Telford, R. D., Lubans, D. R., Bryant, A. S., Roberts, W. M., ... & Keegan, R. J. (2019). Guidelines for the selection of physical literacy measures in physical education in Australia. *Journal of Teaching in Physical Education*, 38(2), 119–125. <https://doi.org/10.1123/jtpe.2018-0219>

Cabrera, J. S. (2015). Estilos de vida saludables: un derecho fundamental en la vida del ser humano. *Revista latinoamericana de derechos humanos*, 26(2), 37–51.

Castillo-Retamal, F., Almonacid-Fierro, A., Castillo-Retamal, M., & Oliveira, A. D. (2020). Formación de profesores de Educación Física en Chile: Una mirada histórica (Physical Education teacher training in Chile: a historical view). *Retos*, 38(38), 317–324. <https://doi.org/10.47197/retos.v38i38.73304>

Cruz Santacruz, R. (2022). La epidemia de obesidad en México: apuntes para su estudio desde la historia social y el pensamiento genealógico. *Inter disciplina*, 10(28), 465–506.

Columbié, Z. D. L. C. M., Corral, S. A. P., Fierros, G. Q., Corral, R. A. M., & Celaya, H. J. G. (2024). La educación para la salud: un eje articulador del currículo educativo mexicano. *Revista Información Científica*, 103, 4840.

Contreras-Zapata, K., Roa-Quintero, T., Vásquez-Muñoz, C., Castillo-Retamal, F., & Castillo-Retamal, M. (2023). Aproximación a la implementación de la alfabetización física en Chile: una revisión narrativa (Approach to physical literacy implementation in Chile: a narrative review). *Retos*, 47, 96–102. <https://doi.org/10.47197/retos.v47.94922>

Dadaczynski K., Jensen B. B., Viig N. G., Sormunen M., von Seelen J., Kuchma V. et al. (2020) Health, well-being and education: building a sustainable future. The Moscow statement on health promoting schools. *Health Education*, 120, 11–19. <https://doi.org/10.1108/HE-12-2019-0058>

Durán, J. G. (2025). La sesión de Educación Física en México: Reflexiones necesarias para su mejora y relevancia en el sistema educativo. *Dilemas contemporáneos: Educación, Política y Valores*.

Edwards, L. C., Bryant, A. S., Keegan, R. J., Morgan, K., Cooper, S. M., & Jones, A. M. (2018). 'Measuring' physical literacy and related constructs: A systematic review of empirical findings. *Sports Medicine*, 48, 659–682. <https://doi.org/10.1007/s40279-017-0817-9>

Lino Asin, A. L. (2021). Acercamiento a los Programas de Actividad Física Regular aplicada a la salud pública en tiempos de COVID-19. *Podium. Revista de Ciencia y Tecnología en la Cultura Física*, 16(2), 662–676. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1996-24522021000200662

López Alonzo, S. J., Villegas Balderrama, C. V., Martínez Trevizo, A., Guedea Hidalgo, K. C., Orona Escápita, A., Medina Félix, D. R., & Guedea Delgado, J. C. (2023). Alfabetización física percibida en escolares de bachillerato del norte de México (Perceived physical literacy in high school students from northern Mexico). *Retos*, 48, 800–806. <https://doi.org/10.47197/retos.v48.97100>

López-Botello, F. Y., & Mendieta-Lagunas, M. (2023). Análisis de la enseñanza de la alimentación en ciencias naturales para una vida saludable con estudiantes de educación básica desde la práctica docente. *Revista RedCA*, 5(15), 46-62.

Maddock, J. E., & Kellstedt, D. (2020). Initial mass media coverage of the 2nd edition of the physical activity guidelines for Americans. *Preventive medicine reports*, 19, 101157. <https://doi.org/10.1016/j.pmedr.2020.101157>

McMullen J., Ní Chróinín D., Tammelin T., Pogorzelska M., van der Mars H. (2015) International approaches to whole-of-school physical activity promotion. *Quest*, 67, 384–399. <https://doi.org/10.1080/00336297.2015.1082920>

Rendón, O. H. P. (2001). La matriz de congruencia: Una herramienta para realizar investigaciones sociales. *Economía y sociedad*, 6(10), 311-316.

SEP. (2024). Estrategia Nacional Vida Saludable Proyecto Comunitario. Gobierno de México. https://educacionbasica.sep.gob.mx/wp-content/uploads/2025/02/Proyecto-comunitario-v07-170225_v2.pdf

SEP (2024). Plan de estudio para la educación Preescolar, primaria y Secundaria. Gobierno de México

Turunen H. et al. (2017) Health promoting schools - a complex approach and a major means to health improvement. *Health Promotion International*, 32, 177–184. <https://doi.org/10.1093/heapro/dax001>

Vain, Pablo Daniel (2012). El enfoque interpretativo en investigación educativa: algunas consideraciones teórico-metodológicas. *Revista de Educación*, 3 (4), 37-43.

Vargas, A. L., Lozano, M. de L., y Romero L. (2023). La asignatura Vida Saludable: Intersectorialidad emergente en favor de la Salud Pública. Una aproximación desde la experiencia. *Revista Educación y Sociedad*, 4(7), 58-71. <https://doi.org/10.53940/reys.v4i7.131>

Todo el contenido de **LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades**, publicados en este sitio está disponibles bajo Licencia [Creative Commons](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/) 