



H. CONGRESO DEL ESTADO
DE AGUASCALIENTES
SECRETARÍA GENERAL 1824

03 ABR. 2024

RECIBIDO
FIRMA  HORA 9:58

ASUNTO: Se presenta Iniciativa.

H. LXV LEGISLATURA DEL CONGRESO DEL ESTADO DE AGUASCALIENTES

P R E S E N T E

DIP. JUAN LUIS JASSO HERNÁNDEZ y DIP. ANA LAURA GÓMEZ CALZADA en calidad de diputados integrantes del Grupo Parlamentario del Partido Movimiento Regeneración Nacional, con fundamento en las facultades que nos confieren los artículos 30 Fracción I de la Constitución Política del Estado de Aguascalientes, así como los artículos 16 fracción III, 112, 113 y 114 de la Ley Orgánica del Poder Legislativo del Estado de Aguascalientes, sometemos a consideración de este Pleno Legislativo, **LA INICIATIVA POR LA QUE SE REFORMA EL PRIMER PÁRRAFO DEL ARTÍCULO 109, ASÍ COMO SE REFORMAN LOS ARTÍCULOS 111 Y 112 DE LA LEY DE CULTURA FÍSICA Y DEPORTE DEL ESTADO DE AGUASCALIENTES** al tenor de la siguiente:

EXPOSICIÓN DE MOTIVOS

La salud mental no es simplemente tener una alta resistencia emocional a las situaciones de estrés. La salud mental debe tener un enfoque holístico, ya que es un pilar crucial para mantener el equilibrio en la vida cotidiana. En el contexto deportivo, la salud mental juega un papel determinante a la hora de gestionar la presión, mantener la concentración y alcanzar el máximo rendimiento. Tanto los atletas de élite como aquellos que participan en deportes amateurs se enfrentan a situaciones



en las que deben gestionar grandes picos de estrés, elevadas expectativas y desafíos físicos que pueden poner en riesgo su bienestar físico y psicológico.

Por esta razón, hablar de salud mental ya no es solo ir al psicólogo, es poder encontrar las herramientas que nos apoyen en el día a día de las actividades que realicemos, con independencia de a qué nos podamos dedicar.

En un escenario ideal, la atención psicológica debe estar presente en la vida de las personas desde los primeros años, con el propósito de educar adultos con inteligencia emocional, que las ayude a gestionar de manera adecuada sus reacciones y a relacionarse con sus entornos de una manera más saludable.

Bajo este contexto, si logramos convencernos de la importancia que tiene nuestra mente en todo lo que emprendemos, tomaremos conciencia de su trascendencia y de cómo podemos ayudarnos a nosotros mismos, para tener un mejor desarrollo de nuestras vidas en lo individual y en lo colectivo.

Es por esto que, existen disciplinas donde se requiere de mayor atención y cuidado de nuestros pensamientos y emociones, tal es el caso del deporte, una actividad física de mucha constancia y disciplina, donde más allá del tema técnico del deporte que se practique, debemos de considerar el estrés al cual las y los deportistas se enfrentan, para fomentar la cultura de una adecuada combinación entre la preparación física y la mental.

La atención psicológica, debe ser vista como un elemento que nos facilitará cualquier actividad, y en el mundo deportivo, cobra mayor relevancia por las características de



una competencia, de las condiciones que debe atender una persona tanto en alimentación como en estilo de vida, para su constante preparación.

El tema, se vuelve más impactante cuando conocemos la cantidad de testimonios de deportistas de todo el mundo, que comparten sus historias de todo lo que ha significado para sus vidas dedicarse a un deporte de alto rendimiento, y claro, como en todas las cosas, hay situaciones no tan gratas, sin embargo, la reflexión central sería, ¿Queremos fomentar el deporte profesional en nuestras hijas e hijos?, y ¿Bajo qué condiciones nos gustaría que entrenaran para una vida deportiva?

El deporte, es y siempre será una actividad recomendada para todas las personas, incluso, el ejercicio debe formar parte de la rutina personal de todas y todos, con independencia de la edad que se tenga, sin embargo, no todas las prácticas De manera particular en el deporte, existen beneficios de contar con atención psicológica especializada, y en la investigación realizada se encontraron ejemplos del papel de la psicología en el deporte, mismos que se incluyen a continuación:

Estado mental idóneo	Tan necesaria es la preparación técnico-táctica como la preparación mental para el momento de la competencia, en la búsqueda del estado óptimo de funcionamiento.
Refuerzo	Reforzar a los jugadores en momentos oportunos es realmente importante para la mejora de su autoestima y es uno de los



	principios básicos del aprendizaje, ya sea psicológico, técnico o táctico.
Objetivos	El psicólogo deportivo va a ayudar tanto al jugador como al entrenador a beneficiarse de la planificación adecuada. Los objetivos realistas y los pasos inteligentes para conseguirlos pueden reforzar el nivel de autoconfianza de los jugadores, mantener su motivación alta y evitar problemas de autoestima.
Cohesión grupal	El conocimiento de la psicología grupal juega a favor de un ambiente de equipo orientado hacia un fin común. El rendimiento unificado es más exitoso que un equipo con divisiones internas.
Autoinstrucciones	Las autoinstrucciones pueden utilizarse en el deporte para adquirir destrezas nuevas, para que la motivación aumente, para erradicar hábitos negativos, para la iniciación de la acción, para el mantenimiento del esfuerzo en situaciones extremas o cuando el foco de la atención ha de mantenerse de forma sostenida en el tiempo. Además, las autoinstrucciones positivas sirven para potenciar la autoestima, la motivación, la



	atención, el rendimiento y ayudan a soportar mejor el cansancio al provocar que el sujeto se centre más en la tarea.
Entrenamiento en imaginación	Es útil en la reducción progresiva de la ansiedad o para la relajación.
Control del estrés	Pese a que necesitamos que exista cierto nivel de estrés en las competencias, el estrés puede ser un factor negativo para el rendimiento. La psicología deportiva puede ayudar a mejorar el control del estrés del deportista, por ejemplo, contribuyendo a que su estilo de vida sea lo menos estresante posible y facilitando que pueda hacer compatibles todas sus obligaciones diarias. Además, también puede reducir la "presión" del deportista, influyendo en sus expectativas de rendimiento y centrando su atención en objetivos alcanzables.
Atención	Las técnicas atencionales son muy útiles para el buen rendimiento durante la práctica deportiva.
Gestión de emociones	Existen emociones facilitadoras de rendimiento. El estado emocional del deportista determina de forma directa su rendimiento en la competición. Generar



	emociones facilitadoras es un elemento clave en el buen funcionamiento deportivo de cada persona. Además, el psicólogo deportivo puede ayudar a los deportistas a usar las emociones negativas como la ira, el miedo o la decepción, en su beneficio.
--	---

Como se advierte del cuadro anterior, la salud mental y el acompañamiento de las técnicas necesarias, apoyan no solo en la práctica de algún deporte, además, colaboran al fortalecimiento de la integridad y madurez personal, para que así, estén en posibilidades de enfrentar cualquier situación.

En el caso particular de México, contamos con una comunidad muy nutrida de profesionales del deporte en distintas áreas, por ejemplo, durante el segundo trimestre de 2023 en deportistas y equipos deportivos profesionales la población ocupada fue de 34 mil 600 personas, de las cuales, 88% son hombres y 12% son mujeres.

Ahora bien, si queremos que estos números se mantengan y aumenten, necesitamos fomentar mejores políticas públicas deportivas, estableciendo apoyos en todas las materias del deporte que necesitan fortalecerse como la psicología deportiva.

Como se puede identificar, la salud mental de una persona deportista considera todos los aspectos de su vida que pueden estar influyendo en su desempeño, de ahí que, las herramientas para cada persona son diferentes y deberán ser identificadas



oportunamente con la intención de que sean llevadas a la práctica, de la misma forma que se entrena físicamente, se debe entrenar mental y emocionalmente.

La iniciativa que se presenta, busca ser un punto de partida para todas las personas que se dedican al deporte, modificando la Ley de Cultura Física y Deporte del estado de Aguascalientes, con la intención de fortalecer las facultades de nuestras autoridades deportivas para que puedan fomentar la atención psicológica oportuna en todas las y los deportistas de Aguascalientes, para que así, hagamos de la salud mental una práctica constante en todas las disciplinas deportivas, con la visión de que, nuestras niñas y niños se incluyan al deporte, seguros de que tendrán atención psicológica integral.

Para una mejor comprensión de la presente propuesta, se presenta el siguiente cuadro comparativo:

TEXTO VIGENTE	TEXTO PROPUESTO
<p>Artículo 109.- Los deportistas integrantes del SIEDE tendrán derecho a recibir atención médica. Para tal efecto, las autoridades estatales y municipales promoverán los mecanismos de concertación con las instituciones públicas o privadas que integren el sector salud.</p> <p>(...)</p>	<p>Artículo 109.- Las personas deportistas integrantes del SIEDE tendrán derecho a recibir atención médica, así como recibir atención psicológica como parte de su desarrollo integral para que puedan gozar de un estado pleno de salud tanto físico como mental. Para tal efecto, las autoridades estatales y municipales promoverán los mecanismos de</p>



	<p>concertación con las instituciones públicas o privadas que integren el sector salud.</p> <p>(...)</p>
<p>Artículo 111.- Las instituciones del sector salud y educativo promoverán en su respectivo ámbito de competencia, programas de atención médica para deportistas, formación y actualización de especialistas en medicina del deporte y ciencias aplicadas, así como para la investigación científica.</p>	<p>Artículo 111.- Las instituciones del sector salud y educativo promoverán en su respectivo ámbito de competencia, programas de atención médica y psicológica para las personas deportistas, formación y actualización de especialistas en medicina del deporte y ciencias aplicadas, así como para la investigación científica.</p>
<p>Artículo 112.- La Secretaría de Salud y el IDEA procurarán la existencia y aplicación de programas preventivos relacionados con enfermedades y lesiones derivadas de la práctica deportiva, así como proporcionar servicios especializados y de alta calidad en medicina y demás ciencias aplicadas al deporte.</p>	<p>Artículo 112.- La Secretaría de Salud y el IDEA procurarán la existencia y aplicación de programas preventivos relacionados con enfermedades y lesiones derivadas de la práctica deportiva, así como proporcionar servicios especializados y de alta calidad en medicina, psicología del deporte y demás ciencias aplicadas al deporte.</p>

Por lo anteriormente expuesto, sometemos a consideración de esta Soberanía el siguiente:



PROYECTO DE DECRETO

UNICO: SE REFORMA EL PRIMER PÁRRAFO DEL ARTÍCULO 109, ASÍ COMO SE REFORMAN LOS ARTÍCULOS 111 Y 112 DE LA LEY DE CULTURA FÍSICA Y DEPORTE DEL ESTADO DE AGUASCALIENTES, para quedar como sigue:

Artículo 109.- **Las personas** deportistas integrantes del SIEDE tendrán derecho a recibir atención médica, **así como recibir atención psicológica como parte de su desarrollo integral para que puedan gozar de un estado pleno de salud tanto físico como mental.** Para tal efecto, las autoridades estatales y municipales promoverán los mecanismos de concertación con las instituciones públicas o privadas que integren el sector salud.

(...)

Artículo 111.- Las instituciones del sector salud y educativo promoverán en su respectivo ámbito de competencia, programas de atención médica **y psicológica** para **las personas** deportistas, formación y actualización de especialistas en medicina del deporte y ciencias aplicadas, así como para la investigación científica.

Artículo 112.- La Secretaría de Salud y el IDEA procurarán la existencia y aplicación de programas preventivos relacionados con enfermedades y lesiones derivadas de la práctica deportiva, así como proporcionar servicios especializados y de alta calidad en medicina, **psicología del deporte** y demás ciencias aplicadas al deporte.





TRANSITORIO

UNICO.- El presente Decreto entrará en vigor al día siguiente de su publicación en el Periódico Oficial del Estado de Aguascalientes.

PALACIO LEGISLATIVO, AGUASCALIENTES, AGS.



DIP. JUAN LUIS JASSO HERNÁNDEZ



DIP. ANA LAURA GÓMEZ CALZADA

