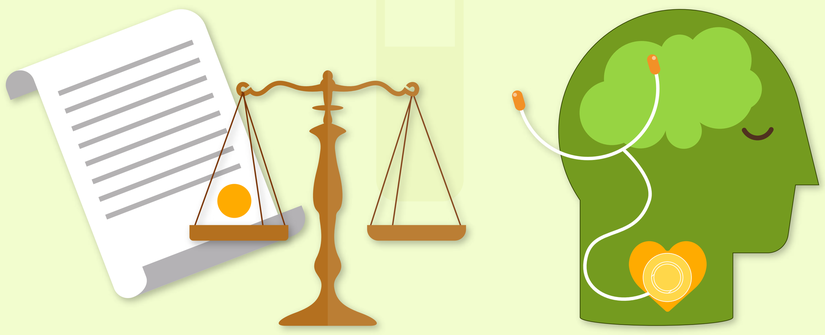
Vida Saludable y Educación

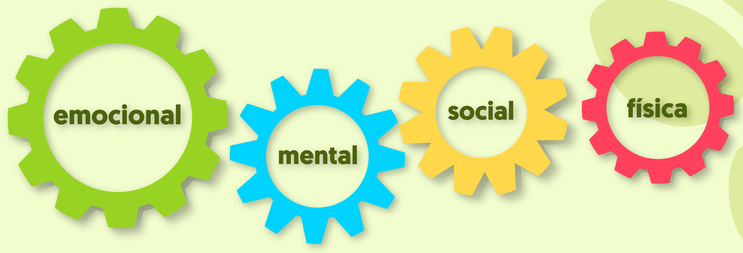
Educación y Salud

Son **derechos humanos fundamentales** garantizados por nuestra Constitución y las leyes derivadas de ella, mismas que deben ser ejes orientadores de las políticas públicas del Estado mexicano.

La Nueva Escuela Mexicana plantea que la educación es la base del **desarrollo integral de capacidades** vinculadas con el bienestar humano, individual y colectivo.



La **Nueva Escuela Mexicana** plantea un eje articulador de Vida Saludable que involucra una formación integral y progresiva donde la salud

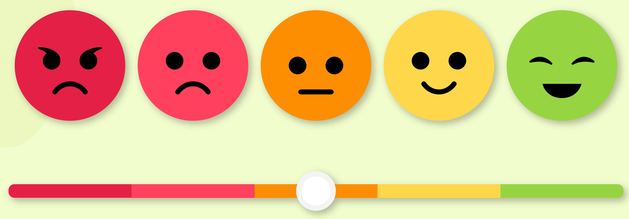


se encuentren interrelacionadas y que permita a la comunidad educativa comprender el entramado de relaciones entre el medio ambiente y la dinámica social, económica y cultural tanto de comunidades urbanas como de rurales; así como el efecto de las acciones que se derivan de dichas relaciones y el resultado en su salud como en la de las y los demás.

¿Cuáles son los determinantes de la salud?

Es importante comprender que la salud es un hecho social en el que intervienen factores **sociales, medioambientales, económicos, políticos y los comportamientos** de las personas, entre otros, que por sí solos o en conjunto intervienen en la salud.

Promoción de vida saludable en la escuela



El **fomento de la salud** en el ámbito escolar es importante para adquirir conocimientos y desarrollar hábitos saludables que empoderen a individuos y comunidades para mejorar su bienestar.

La enseñanza de la salud en las escuelas abarca tanto aspectos socioemocionales con temas relacionados con el reconocimiento y manejo de emociones, habilidades interpersonales, violencia y acoso entre otros; como aspectos físicos que cubran temas sobre nutrición, higiene, educación sexual y prevención de adicciones.

Desde la escuela en colaboración con la comunidad se debe propiciar la **conciencia y acciones** a tomar por las y los estudiantes respecto a su salud mental y la de las demás, la cual se relaciona con factores biológicos, psicológicos, culturales y sociales, que se conectan con el momento de desarrollo físico, afectivo, mental, lingüístico y sexual de éstos.

Estrategias de Educación para la Salud

La escuela es un espacio en el que docentes, estudiantes y familia pueden dialogar y favorezcan estilos de vida saludables para el bienestar de niña, niños y adolescentes.

Hábitos Saludables
Diversidad Corporal
Alimentación Nutritiva E Hidratación
Trastornos de Conducta Alimentaria
Activación Física
Autolesiones, pensamientos y conductas suicidas
Auto cuidado y autorregulación

Referencias:

1. Gobierno de México (s/f). Educación en movimiento. Educación y salud: un vínculo indispensable. Boletín mensual de la Comisión Nacional para la Mejora Continua de la Educación. CM Año 3, núm. 26. En: https://www.mejoredu.gob.mx/publicaciones/boletin
2. Gobierno de México (s/f). Guía Metodológica. Vida Saludable. Caja de Herramientas. Programa Escuelas de Tiempo Completo. En: https://www.gob.mx/aefcm/documentos/caja-de-herramientas-programa-escuelas-de-tiempo-completo?state=published
3. Gobierno de México (s/f). Plan de Estudios para la educación preescolar, primaria y secundaria. En: https://www.sep.gob.mx/marcocurricular/

#SomosNormalistas

Escuelas Normales en la Ciudad de México

AEF CIUDAD MÉXICO
AUTORIDAD EDUCATIVA FEDERAL EN LA CIUDAD DE MÉXICO