



**Dip. Leonor Gómez Otegui**

**DIP. MARGARITA SALDAÑA HERNÁNDEZ**  
PRESIDENTA DE LA MESA DIRECTIVA  
DEL CONGRESO DE LA CIUDAD DE MÉXICO  
I LEGISLATURA  
P R E S E N T E

1

La que suscribe, Diputada Leonor Gómez Otegui, en el Congreso de la Ciudad de México, I Legislatura, con fundamento en la fracción III de Artículo 71 de la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos; el inciso c), apartado D del Artículo 29 de la Constitución Política de la Ciudad de México; la fracción XII del Artículo 29 de la Ley Orgánica del Congreso de la Ciudad de México; el Artículo 5, fracción II y el Artículo 96 del Reglamento del Congreso de la Ciudad de México, someto a consideración de este Honorable Congreso, la presente **INICIATIVA CON PROYECTO DE DECRETO POR EL QUE SE REFORMA EL NUMERAL 2, DEL APARTADO D DEL ARTÍCULO 6 DE LA CONSTITUCIÓN POLÍTICA DE LA CIUDAD DE MÉXICO**, de conformidad con lo siguiente:

#### **TÍTULO DE LA PROPUESTA**

Iniciativa con proyecto de decreto por el que se reforma el numeral 2, del Apartado D del artículo 6 de la Constitución Política de la Ciudad de México

#### **OBJETIVO DE LA INICIATIVA**

Incorporar al sistema de salud local las medidas de autocuidado, para así brindar a la ciudadanía herramientas y habilidades que les permitan hacerse cargo de su propia salud, privilegiando el bienestar y la calidad de vida en cada persona.





## Dip. Leonor Gómez Otegui

Fuente: CONAPO. Consejo Nacional de Población.  
Datos Abiertos. Indicadores demográficos 1950 - 2050.

El aumento de la esperanza de vida se debe a diversos factores que influyen en cuánto tiempo vivimos tales como el avance de la ciencia, los revolucionarios tratamientos médicos, oportunos diagnósticos de enfermedades, el empleo de terapias, una buena atención médica, las condiciones socioeconómicas y la educación, por lo que la prolongación de la vida ha hecho que los fallecimientos se centren en edades avanzadas y por enfermedades crónicas degenerativas.

Sin embargo, también existen muchas muertes prematuras asociadas con cáncer y enfermedades respiratorias, accidentes de transporte, agresiones y diabetes mellitus, como lo muestra la tabla presentada a continuación:

### Distribución porcentual de las principales causas de defunción por grupo de edad<sup>1</sup> 2018

Principales causas de muerte		Principales causas de muerte	
<b>Infantil (menores de 1 año)</b>	<b>100.0</b>	<b>Jóvenes (15 a 29 años)</b>	<b>100.0</b>
Ciertas afecciones originadas en el período perinatal	51.6	Agresiones	31.9
Malformaciones congénitas, deformidades y anomalías cromosómicas	25.2	Accidentes de transporte	12.4
Neumonía	3.4	Lesiones autoinfligidas intencionalmente	6.6
Las demás causas	19.8	Las demás causas	49.1
<b>Preescolar (1 a 4 años)</b>	<b>100.0</b>	<b>Adulta (30 a 59 años)</b>	<b>100.0</b>
Malformaciones congénitas, deformidades y anomalías cromosómicas	17.7	Diabetes mellitus	14.4
Neumonía	6.7	Agresiones	10.4
Accidentes de transporte	5.8	Enfermedades del hígado	10.0
Las demás causas	67.8	Las demás causas	65.2
<b>Escolar (5 a 14 años)</b>	<b>100.0</b>	<b>Postproductiva (60 y más años)</b>	<b>100.0</b>
Accidentes de transporte	10.3	Enfermedades isquémicas del corazón	19.6
Leucemia	9.2	Diabetes mellitus	16.2
Malformaciones congénitas, deformidades y anomalías cromosómicas	8.5	Enfermedades cerebrovasculares	6.2
Las demás causas	72.0	Las demás causas	58.0

Fuente: INEGI. Estadísticas de mortalidad 2018. Consulta interactiva de datos. SNIEG. Información de Interés Nacional.



## Dip. Leonor Gómez Otegui

Actualmente la pandemia derivada de la enfermedad por COVID-19, surgida en China a finales de 2019, sigue causando estragos económicos y sociales a nivel mundial por su rápido alcance y propagación, pero fundamentalmente por el número de defunciones a consecuencia de este virus.

En este sentido, el International Institute for Applied Systems Analysis (IIASA) reveló que en los últimos meses se ha vivido una crisis sistémica. Sus investigadores elaboraron un estudio en el cual se examinaron los efectos de la mortalidad asociados con COVID-19 en la esperanza de vida, y los resultados indicaron que es probable que la pérdida de la esperanza de vida sea superior a un año en los países con una esperanza elevada. El estudio igualmente apunta que la sobrecarga potencial de los sistemas de atención médica ha conducido inevitablemente a una mayor mortalidad<sup>2</sup>, un problema que seguramente seguirá incrementándose ya que se estima que para 2030 habrá una escasez de 18 millones de trabajadores de la salud en el mundo.<sup>3</sup>

Y para algunas personas el riesgo de contagiarse puede ser mayor, pues de acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (OMS) la presión arterial alta, las enfermedades cardíacas, las enfermedades pulmonares, el cáncer y la diabetes son patologías que agravan la situación de quienes enferman por COVID-19, teniendo mayores complicaciones y menores posibilidades de recuperarse satisfactoriamente.

La OMS también ha señalado constantemente una serie de recomendaciones para el cuidado y la prevención de COVID como el lavado constante de manos con agua y jabón durante al menos 40 segundos o uso de gel antibacterial, evitar

---

<sup>2</sup> "COVID-19: A shock to the global system 2020", IIASA, [https://iiasa.ac.at/web/home/resources/publications/options/w20\\_COVID-19\\_\\_A\\_shock\\_to\\_the\\_global\\_system.html](https://iiasa.ac.at/web/home/resources/publications/options/w20_COVID-19__A_shock_to_the_global_system.html)

<sup>3</sup> "COVID-19 Resalta la Importancia del Autocuidado como la Primera Línea de Defensa", Sanofi México, <https://www.sanofi.com.mx/es/centrodeinformacion/covid-19-importancia-del-autocuidado>



## Dip. Leonor Gómez Otegui

tocar nuestra cara y tener contacto físico con los demás, evitar manipular animales crudos, guardar distanciamiento social, intensificar el cuidado de personas mayores o con enfermedades inmunológicas, no automedicarse particularmente con antibióticos y acudir a instituciones de salud a realizarse la prueba correspondiente ante la sospecha de contagio.

La pandemia ha permanecido con nosotros prácticamente un año entero y aunque las autoridades siguen implementando medidas para frenar el número de infectados y una política de vacunación, en este momento lo mejor que podemos hacer es tomar conciencia de los hábitos que pueden ser perjudiciales para nuestra salud, aprender que podemos modificarlos, y no solamente emplear este conocimiento durante la pandemia, sino que el autocuidado se considere parte de un enfoque integral de salud que nos lleve a comprender que en todo momento se puede adoptar un estilo de vida saludable, y que por lo tanto nuestra calidad de vida se incremente.

### **PROBLEMÁTICA DESDE LA PERSPECTIVA DE GÉNERO**

No Aplica

### **ARGUMENTOS QUE LA SUSTENTAN**

El autocuidado etimológicamente se presenta conformado de dos palabras: auto que significa 'propio' o 'por uno mismo', y cuidado que significa 'pensamiento'. Conforme a la OMS el autocuidado, se refiere a "las prácticas cotidianas y a las decisiones sobre ellas, que realiza una persona, familia o grupo para cuidar de su salud, estas prácticas son de uso continuo y se emplean por



## Dip. Leonor Gómez Otegui

libre decisión, con el propósito de fortalecer o restablecer la salud y prevenir las enfermedades”.<sup>4</sup>

Algunos principios que deben tomarse en cuenta para implementar la promoción del autocuidado son que:

- I. Es un acto de vida que permite a los seres humanos convertirse en dueños de sus propias acciones
- II. Debe ser una filosofía de vida y una responsabilidad individual íntimamente liga a la a las experiencias vividas de las personas
- III. Es una práctica social que implica el conocimiento y elaboración de un saber

El director general de la Industria Latinoamericana de Autocuidado Responsable (ILAR), Juan Thompson, manifestó en días pasados que la salud siempre ha sido vista como una actividad de servicios para proveer a las personas y no como una actividad para empoderarlas sobre el uso adecuado de la información para administrar su propia salud.<sup>5</sup>

Si las políticas de salud se encaminaran a generar conciencia sobre la importancia del autocuidado, tendríamos como resultado una ciudadanía empoderada y motivada con la capacidad de transformar situaciones les que impiden ejercer un control sobre su salud, su vida y su bienestar.

---

<sup>4</sup> UNAM, “Autocuidado para mejorar la calidad de vida: alimentación y actividad física en espacios reducidos”, Gaceta Iztacala, 23 de junio de 2020, <https://fenix.iztacala.unam.mx/?p=28569>

<sup>5</sup> “El autocuidado, alternativa de ahorro para la salud pública en la pandemia”, 15 de diciembre de 2020, <https://es-us.noticias.yahoo.com/autocuidado-alternativa-ahorro-salud-p%C3%BAblica-164300008.html>



## Dip. Leonor Gómez Otegui

Se debe tener especial atención de no confundir el concepto de autocuidarse con automedicarse, ya que esto último es la manipulación indebida de medicamentos que solo pueden ser adquiridos bajo receta médica y cuyo uso puede tener consecuencias para la salud si no son prescritos por un especialista.<sup>6</sup>

Durante la primera sesión del webinar titulado “*El autocuidado como un elemento esencial de las Políticas Públicas de Salud en el marco de la nueva normalidad*” organizado por la Facultad de Química de la UNAM, María Cecilia Acuña, asesora en Servicios y Sistemas de Salud de la Organización Panamericana de la Salud resaltó que “la promoción de la salud y el autocuidado deberían ser considerados como estrategia central en las políticas públicas del sector salud, además de las acciones y decisiones de las personas en su vida cotidiana... También necesitamos dependencias de Salud capaces de generar información significativa para la población, que aumente la percepción de riesgo e informe sobre las consecuencias de estilos de vida saludables para nosotros, nuestras familias y comunidades”.<sup>7</sup>

Cabe mencionar que cada 24 de julio se celebra el Día Internacional del Autocuidado, cuyo objetivo es promover unos buenos hábitos diarios y ayudar a mantener una buena salud.

Al respecto, la Fundación Internacional del Autocuidado ha considerado importante la divulgación de siete pilares que toda persona debe aprender y

---

<sup>6</sup> Ídem.

<sup>7</sup> Santana, Elizabeth, “Autocuidado, más allá del uso correcto del cubrebocas - Noticias Locales, Policiacas, sobre México y el Mundo”, El Sol de México, <https://www.eloccidental.com.mx/doble-via/salud/autocuidado-politica-de-salud-covid-19-consejos-de-salud-5625325.html>



## Dip. Leonor Gómez Otegui

aplicar en la medida de sus posibilidades para lograr una vida saludable, entre ellos:<sup>8</sup>

### 1. Alfabetización sobre la salud:

Capacidad de las personas para obtener, procesar y comprender la información básica sobre la salud y los servicios necesarios para tomar decisiones de salud apropiadas.

### 2. Autoconsciencia de la condición física y mental:

Conocimiento de la persona respecto a sus valores de salud como el índice de masa corporal (IMC), nivel de colesterol, presión arterial, entre otros.

### 3. Actividad física:

Práctica de actividad física con intensidad moderada, como caminar, andar en bicicleta o participar en deportes.

### 4. Alimentación saludable:

Aplicación de una dieta nutritiva y equilibrada con niveles adecuados de ingesta de calorías.

### 5. Mitigación de riesgos:

Limitar el tabaco y consumo de alcohol, así como vacunarse, practicar sexo seguro y usar protectores solares.

### 6 Buena higiene:

Conjunto de conocimientos y técnicas que aplican los individuos para el control de los factores que ejercen o pueden ejercer efectos nocivos sobre su salud como lavarse regularmente las manos y los dientes, así como tomar las recomendaciones para preparar la comida, considerando la limpieza y el mantenimiento de los alimentos.

### 7 Uso racional y responsable:

---

<sup>8</sup>Pérez, Yuly, Siete pilares del autocuidado que beneficiarán tu vida, 10 de agosto de 2019, <https://www.publinews.gt/gt/tendencias/2019/08/10/siete-pilares-del-autocuidado-beneficiaran-vida.html>



## Dip. Leonor Gómez Otegui

De todos los productos, servicios, diagnósticos y medicamentos.

Podemos asumir un estilo de vida saludable si practicamos una alimentación adecuada, con medidas higiénicas, si manejamos el estrés, creamos habilidades para establecer relaciones sociales y resolver problemas interpersonales, haciendo el ejercicio y la actividad física requeridas, creando un uso racional de medicamentos, siguiendo las prescripciones de salud, entre otras que conlleven el asumir de forma voluntaria la responsabilidad de conocer nuestro estado de salud y mejorarlo, a la par que con estas medidas el propio sistema de salud puede hacer su atención más eficiente y su presupuesto más efectivo.

9

### FUNDAMENTACIÓN LEGAL

La Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos en el artículo 4o, cuarto párrafo fija que *“Toda persona tiene derecho a la protección de la salud”*.

El artículo 25 de la Declaración Universal de los Derechos Humanos enuncia que *“Toda persona tiene derecho a un nivel de vida adecuado que le asegure, así como a su familia, la salud y el bienestar”*.

La Ley General de Salud establece que:

ARTICULO 2o.-El derecho a la protección de la salud, tiene las siguientes finalidades:

- I.- El bienestar físico y mental de la persona, para contribuir al ejercicio pleno de sus capacidades;
- II.- La prolongación y el mejoramiento de la calidad de la vida humana;



## Dip. Leonor Gómez Otegui

III.- La protección y el acrecentamiento de los valores que coadyuven a la creación, conservación y disfrute de condiciones de salud que contribuyan al desarrollo social;

IV.- La extensión de actitudes solidarias y responsables de la población en la preservación, conservación, mejoramiento y restauración de la salud;

V.- El disfrute de servicios de salud y de asistencia social que satisfagan eficaz y oportunamente las necesidades de la población. Tratándose de personas que carezcan de seguridad social, la prestación gratuita de servicios de salud, medicamentos y demás insumos asociados;

VI.- El conocimiento para el adecuado aprovechamiento y utilización de los servicios de salud;

VII.- El desarrollo de la enseñanza y la investigación científica y tecnológica para la salud, y

VIII.- La promoción de la salud y la prevención de las enfermedades.

ARTICULO 110.- La promoción de la salud tiene por objeto crear, conservar y mejorar las condiciones deseables de salud para toda la población y propiciar en el individuo las actitudes, valores y conductas adecuadas para motivar su participación en beneficio de la salud individual y colectiva.

### CUMPLIMIENTO CON LA AGENDA 2030

El Objetivo de Desarrollo Sostenible 3, "Salud y Bienestar", tiene como objetivo garantizar una vida sana y promover el bienestar de todas las personas a todas las edades, y aunque ninguna meta en específico se relaciona con la presente



## Dip. Leonor Gómez Otegui

iniciativa, con ella se reduciría la mortalidad prematura y las enfermedades no transmisibles, buscando en todo momento mejorar nuestra calidad de vida y salud.

A fin de dar claridad a la propuesta de la iniciativa, se presenta el siguiente cuadro comparativo:

11

<p style="text-align: center;"><b>CONSTITUCIÓN POLÍTICA DE LA CIUDAD DE MÉXICO</b></p>	<p style="text-align: center;"><b>CONSTITUCIÓN POLÍTICA DE LA CIUDAD DE MÉXICO</b></p>
<p style="text-align: center;"><b>Artículo 9</b> <b>Ciudad solidaria</b></p> <p><b>A. ...</b></p> <p><b>B. ...</b></p> <p><b>C. ...</b></p> <p><b>D. Derecho a la salud</b></p> <p>1. ...</p> <p>2. Las personas que residen en la Ciudad tienen derecho al acceso a un sistema de salud público local que tenga por objeto mejorar la calidad de la vida humana y su duración, la reducción de los riesgos a la salud, la morbilidad y la mortalidad. Asimismo, deberá incluir medidas de promoción de la salud, prevención, atención y rehabilitación de las enfermedades y discapacidades mediante la prestación de servicios médico-sanitarios universales, equitativos, gratuitos, seguros, de calidad y al alcance de todas las personas. Aquéllas con discapacidad tienen derecho a la rehabilitación integral de calidad.</p>	<p style="text-align: center;"><b>Artículo 9</b> <b>Ciudad solidaria</b></p> <p><b>A. ...</b></p> <p><b>B. ...</b></p> <p><b>C. ...</b></p> <p><b>D. Derecho a la salud</b></p> <p>1. ...</p> <p>2. Las personas que residen en la Ciudad tienen derecho al acceso a un sistema de salud público local que tenga por objeto mejorar la calidad de la vida humana y su duración, la reducción de los riesgos a la salud, la morbilidad y la mortalidad. Asimismo, deberá incluir medidas de promoción de la salud <b>y autocuidado</b>, prevención, atención y rehabilitación de las enfermedades y discapacidades mediante la prestación de servicios médico-sanitarios universales, equitativos, gratuitos, seguros, de calidad y al alcance de todas las personas. Aquéllas con discapacidad tienen derecho a la rehabilitación integral de</p>



## Dip. Leonor Gómez Otegui

3. ...	calidad.
E. ...	3. ...
F. ...	E. ...
	F. ...

12

### TRANSITORIOS

**ARTÍCULO PRIMERO.** El Presente decreto entrará en vigor al día siguiente a su publicación en la Gaceta Oficial de la Ciudad de México.

**ARTÍCULO SEGUNDO.** Remítase a la Jefatura de Gobierno para efectos de su publicación en la Gaceta Oficial de la Ciudad de México y para su mayor difusión en el Diario Oficial de la Federación.

Por lo anteriormente expuesto, someto a la consideración de este Pleno la siguiente Iniciativa con proyecto de decreto por el que **SE REFORMA EL NUMERAL 2, DEL APARTADO D DEL ARTÍCULO 9 DE LA CONSTITUCIÓN POLÍTICA DE LA CIUDAD DE MÉXICO.**

### DECRETO

**ÚNICO.** Se reforma el numeral 2, del Apartado D del artículo 9 de la Constitución Política de la Ciudad de México, para quedar como sigue:

#### Artículo 9 Ciudad solidaria

A. ...



## Dip. Leonor Gómez Otegui

B. ...

C. ...

### D. Derecho a la salud

1. ...

2. Las personas que residen en la Ciudad tienen derecho al acceso a un sistema de salud público local que tenga por objeto mejorar la calidad de la vida humana y su duración, la reducción de los riesgos a la salud, la morbilidad y la mortalidad. Asimismo, deberá incluir medidas de promoción de la salud **y autocuidado**, prevención, atención y rehabilitación de las enfermedades y discapacidades mediante la prestación de servicios médico-sanitarios universales, equitativos, gratuitos, seguros, de calidad y al alcance de todas las personas. Aquéllas con discapacidad tienen derecho a la rehabilitación integral de calidad.

3. ...

E. ...

F. ...

## TRANSITORIOS

**ARTÍCULO PRIMERO.** El Presente decreto entrará en vigor al día siguiente a su publicación en la Gaceta Oficial de la Ciudad de México.



**Dip. Leonor Gómez Otegui**

**ARTÍCULO SEGUNDO.** Remítase a la Jefatura de Gobierno para efectos de su publicación en la Gaceta Oficial de la Ciudad de México y para su mayor difusión en el Diario Oficial de la Federación.

Dado en Sesión Remota del Segundo Periodo Ordinario del Tercer Año de Trabajos de la I Legislatura del Congreso de la Ciudad de México, el día 16 del mes de febrero de 2021.

14

**ATENTAMENTE**

DocuSigned by:  
*Leonor Gómez Otegui*  
78EE70C002F0A7E2...

**DIP. LEONOR GÓMEZ OTEGUI**