OPINIÓN

Los libros de texto de la SEP: Un enfoque preventivo para la salud

Por Juan Manuel Lira · 4 de septiembre de 2023 · 4 min de lectura



México es uno de los países con mayor obesidad y sobrepeso del mundo. De acuerdo con la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición (ENSANUT 2022), 50 millones de personas adultas en México presentan sobrepeso u obesidad, y 4 de cada 10 niños la padecen.

El sobrepeso y la obesidad van de la mano con la diabetes mellitus, que afecta a 14 millones de mexicanos, así como la hipertensión arterial y las enfermedades cardiovasculares. La depresión en los adolescentes está presente en 4 de cada 10 jóvenes, y de ellos 7 de cada 10 han pensado alguna vez en suicidarse.

Por otro lado, México ocupa el deshonroso primer lugar en embarazo de adolescentes. De acuerdo con el Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI 2021), cada día 303 niñas y adolescentes se convierten en madres, en muchos casos como consecuencia de violencia sexual.

La diabetes, hipertensión, obesidad, sobrepeso y la depresión, conocidas como Enfermedades No Transmisibles (ENT), así como los embarazos no deseados en adolescentes se pueden prevenir. Por muchos años se ha dicho que la prevención es mejor que la curación, pero en México no se han implementado políticas públicas efectivas para prevenirlas.

La educación y la salud son dos herramientas fundamentales para el desarrollo de las personas, tanto en lo individual como en lo colectivo. A través de la educación, las personas adquieren los conocimientos, habilidades y valores necesarios para tener una visión amplia y plena de la vida. Junto con una buena salud, se puede lograr el

mayor grado de bienestar, no sólo en lo físico, sino también en lo mental, laboral, social y comunitario.

En México, el gobierno actual ha implementado la Nueva Escuela Mexicana (NEM), un modelo educativo que busca transformar la educación para hacerla más inclusiva, equitativa y con calidad para todos los estudiantes. La NEM se basa en los principios de la educación integral, el aprendizaje activo y el desarrollo de habilidades socioemocionales.

Uno de los aspectos más importantes de la NEM es su enfoque preventivo. Busca desde temprana edad, evitar problemas de aprendizaje y salud, así como dificultades sociales. Para ello, los libros de texto gratuitos de la Secretaría de Educación Pública (SEP), para el ciclo 2023-2024, incluyen acciones preventivas en materia de salud.

En el libro “Nuestros saberes” de sexto grado, se exponen temas para lograr una vida saludable como el autocuidado, prevención del embarazo adolescente, enfermedades de transmisión sexual, métodos anticonceptivos, salud reproductiva, sobrepeso y obesidad, entre muchos otros temas.

Estos conocimientos se complementan con los libros de “Proyectos escolares” y “Proyectos comunitarios”. En estos ejemplares, los alumnos aprenden a través de historias de la vida cotidiana cómo los problemas de salud pueden afectar a las personas y a las comunidades. Luego, trabajan en proyectos para prevenir estas dificultades, para posteriormente plantear soluciones y en comunidad, establecer su ejecución. Este mecanismo (saberes-proyectos), se replica en todos los grados de primaria y secundaria.

Esta conjunción de salud-educación-prevención, a través de un enfoque integral, participativo y comunitario, es un gran avance en la disminución de las ENT. La prevención en los libros de texto es una estrategia importante para mejorar la salud de las personas y las comunidades. El siguiente paso será poner sobre la mesa en el plan de salud del siguiente gobierno la consolidación del Modelo de Atención Primaria a la Salud con una participación comunitaria efectiva.

Antes de satanizar y quemar en la hoguera del desconocimiento a los libros de texto gratuito, es recomendable conocer el contenido y apreciar lo provechoso de los mismos, fuera de cualquier sesgo ideológico. Si existen imprecisiones, éstas pueden corregirse.

Dr. Juan Manuel Lira, ex titular de la Unidad de Atención Médica del IMSS.

Publicado en Punto de Referencia. Dirección original: https://puntodereferencia.mx/opinion/los-libros-de-texto-de-la-sep-un-enfoque-preventivo-para-la-salud
Descargado el 21 de noviembre de 2026.