



H. CONGRESO DEL ESTADO DE MICHOACÁN DE OCAMPO
LXXVI LEGISLATURA

DIP. ABRAHAM ESPINOZA VILLA

GPPVEM

DIP. BALTAZAR GAONA GARCIA
PRESIDENTE DE LA MESA DIRECTIVA
DEL H. CONGRESO DEL ESTADO
DE MICHOACÁN DE OCAMPO

PRESENTE.

El que suscribe el Diputado **ABRAHAM ESPINOZA VILLA** de la LXXVI Legislatura del H. Congreso del Estado de Michoacán de Ocampo, integrante del Grupo Parlamentario del Partido Verde Ecologista de México, con fundamento en lo dispuesto por los artículos 8° fracción II y 241 de la Ley Orgánica y de Procedimientos del Congreso del Estado de Michoacán de Ocampo, presento ante esta soberanía Posicionamiento con respecto al 4 de Marzo Día Mundial de la Obesidad, lo que hago al tenor de lo siguiente:

EXPOSICIÓN DE MOTIVOS

La obesidad es una enfermedad crónica, metabólica y progresiva, caracterizada por una acumulación anormal o excesiva de grasa que puede ser perjudicial para la salud, aumentando el riesgo de padecer enfermedades no transmisibles, como diabetes tipo 2, hipertensión arterial, enfermedades cardiovasculares y hasta ciertos tipos de cáncer. Estas pueden ocasionar discapacidad, dependencia, pérdida o disminución de la funcionalidad e incluso pueden provocar la muerte.

Actualmente la obesidad y el sobrepeso se han vuelto un problema de salud muy preocupante en México y en el mundo. Según datos publicados por la Organización Mundial de la Salud (OMS) desde 1975 la obesidad se ha triplicado en todo el mundo, afectando actualmente a más de 800 millones de personas.

La causa de la obesidad en la mayoría de los casos puede ser por diversos factores, ya sean genéticos, ambientales, sociales y económicos, pero principalmente los



DIP. ABRAHAM ESPINOZA VILLA

GPPVEM

más destacados son: el consumo frecuente de alimentos ultraprocesados y bebidas azucaradas. Ya que estos productos suelen tener alto contenido de grasas y calorías; y regularmente mantienen un bajo valor nutricional.

Todos estos productos de fácil acceso favorecen hábitos alimenticios poco saludables, mientras que su consumo habitual representa una mayor probabilidad de desarrollar enfermedades crónicas, que afectan la calidad y expectativa de vida.

Esta enfermedad sigue siendo una preocupación crucial para la salud de la sociedad, por lo tanto, en el marco del 4 de Marzo, Día Mundial de la Obesidad, más que ser un día conmemorativo, se busca sensibilizar a la población sobre el impacto de esta enfermedad y promover acciones concretas para su prevención y tratamiento. Ese día destaca la necesidad urgente de soluciones colaborativas para abordar uno de los desafíos de salud pública más apremiantes de nuestro tiempo.

La prevención debe centrarse en la promoción de buenos hábitos, colocando la nutrición como pilar; promover cambios de alimentación sencillos como incorporar más frutas, verduras, alimentos frescos y mantenernos hidratados eligiendo tomar agua simple y menos bebidas azucaradas en nuestra dieta diaria; realizar actividad física regular, que puede llevarse a cabo mediante acciones sencillas como elegir utilizar las escaleras o implementar una caminata diaria, este tipo de acciones van a contribuir significativamente a nuestra salud.

Sin embargo, más allá de recomendaciones individuales, los lugares de trabajo, las escuelas y las instituciones públicas deben convertirse en entornos que promuevan la salud.

Como representantes populares debemos asumir la congruencia entre lo que promovemos en el discurso y lo que aplicamos en nuestros espacios.

Por ello, el día de hoy, propongo comenzar por nosotros mismos, disminuyendo el consumo de alimentos y bebidas con exceso de sellos de advertencia y altos contenidos de azúcares, priorizando la salud dentro de este recinto legislativo.



H. CONGRESO DEL ESTADO DE MICHOACÁN DE OCAMPO
LXXVI LEGISLATURA

DIP. ABRAHAM ESPINOZA VILLA

GPPVEM

Esta acción contribuye un paso simbólico y práctico para fomentar la construcción de una cultura de prevención. El cambio comienza con la toma de decisiones sencillas, pero constantes. Informarnos, elegir mejor, cuidar los espacios en los que trabajamos y convivimos; respaldar este tipo de acciones que priorizan la salud son pasos que cuando se suman, realmente transforman.

La obesidad es un desafío que nos involucra a todas y todos, hoy tenemos la oportunidad de empezar aquí, en casa, haciendo que este Congreso sea un espacio que promueva la salud y el bienestar. Porque legislar también implica dar el ejemplo.

Sede del Poder Legislativo, Morelia, Michoacán de Ocampo a los
días 2 del mes de Marzo del 2026 dos mil veintiséis.

DIPUTADO ABRAHAM ESPINOZA VILLA

**Grupo Parlamentario del
Partido Verde Ecologista de México
LXXVI Legislatura del
H. Congreso del Estado de Michoacán de Ocampo.**