



Orientaciones para la Sexta Sesión Ordinaria del Consejo Técnico Escolar

6

Vida saludable

**Centros y Escuelas de Organización Completa
y Multigrado.** Educación Básica

27 de marzo de 2026
Ciclo Escolar 2025-2026



2026
año de
**Margarita
Maza**

Orientaciones para la Sexta Sesión Ordinaria del Consejo Técnico Escolar. Vida saludable. Centros y Escuelas de Organización Completa y Multigrado. Educación Básica. Las Orientaciones fueron elaboradas por la Secretaría de Educación Pública.

Marzo, 2026.

Secretaría de Educación Pública

Mario Delgado Carrillo

Subsecretaría de Educación Básica

Angélica Noemí Juárez Pérez



Presentación

Estimadas agentes educativas y maestras, estimados agentes educativos y maestros:

Marzo, mes en que tiene lugar la Sexta Sesión Ordinaria del Consejo Técnico Escolar, tiene un alto significado en las luchas que han transformado nuestra nación y que se entretrejen:

- El 8 de marzo, día instituido internacionalmente para visibilizar las luchas que las mujeres han dado desde tiempo atrás para recibir justicia, respeto y derechos plenos.
- El 21 de marzo de 1806, día del natalicio de uno de los grandes exponentes de la reforma liberal mexicana, el Presidente Benito Juárez.

Estas fechas se engarzan en el presente; 2026 fue decretado por el Congreso General de los Estados Unidos Mexicanos como el Año de Margarita Maza Parada, mujer valerosa que, junto a Benito Juárez, luchó por la consolidación de nuestra república y la defensa de la soberanía nacional durante el siglo XIX.

Reflexionar acerca del legado de Margarita Maza Parada puede ofrecer una nueva mirada que contribuya a transformar prácticas sexistas que todavía están presentes en la escuela y en la comunidad para que niñas, niños, adolescentes y sus familias reconozcan que mujeres y hombres somos iguales en derechos, con capacidades de decisión y autonomía.

El reto no es menor, en los espacios público y privado, existen prácticas orientadas por roles y estereotipos por razón de género, origen étnico o clase social, que no contribuyen a la igualdad y la inclusión de todas y todos en nuestro México diverso.

Desde la igualdad de género, la transformación de la educación:

- ➔ Empieza por visibilizar la desigualdad histórica que han enfrentado las mujeres.
- ➔ Continúa al comprender que la violencia y la discriminación se derivan de construcciones sociales desiguales e históricas y no se deben a las características biológicas, por lo tanto pueden ser erradicadas.
- ➔ Se fortalece cuando se crean condiciones para el establecimiento de relaciones fundadas en el respeto, la participación equitativa y la eliminación de todas las formas de violencia y exclusión hacia las mujeres.

Desde la Secretaría de Educación Pública hacemos el llamado para construir desde las aulas con todas y todos la República de y para las mujeres a la que nos convocan la razón y el Gobierno de la Presidenta de México, Claudia Sheinbaum Pardo.

Educación para la transformación

Sugerencias para avanzar en la consolidación del CTE como Comunidad de Aprendizaje

El Itinerario del Consejo Técnico Escolar que cada escuela definió, contribuye a fortalecer la autonomía profesional y la formación situada, así como consolidar a los colectivos como comunidades de aprendizaje.

A continuación, se presentan algunas sugerencias para favorecer el diálogo pedagógico, la reflexión, el aprendizaje entre pares y el trabajo colaborativo en las sesiones del CTE:

- **Dialogar en torno a las razones por las que consideran importante abordar el tema que han determinado.** Responder preguntas como: ¿por qué me interesa profundizar en este tema?, ¿qué es lo que sé del tema?, ¿qué quiero aprender de este tema?, ¿conozco algunos referentes teóricos o insumos que pueden ayudar a su estudio?, entre otras, puede apoyarles a delimitar el propósito, diseñar actividades y seleccionar los recursos que contribuyan a dialogar, compartir sus saberes, intercambiar opiniones y aprender entre pares.
- **Explorar los insumos** que se ofrecen en las Orientaciones para determinar si son adecuados para profundizar en los aspectos del tema que les interesa. El propio colectivo podrá buscar y recurrir a otros que consideren adecuados y pertinentes. Tengan presente que los temas propuestos son amplios y tienen muchas aristas, de ahí la importancia de delimitar qué es lo que les interesa profundizar; además consideren que los insumos sugeridos por la SEP no pretenden abordar todos los aspectos relacionados con el tema, son solo una base, un referente mínimo para detonar el diálogo y el aprendizaje.
- **Privilegiar el diálogo y el intercambio de experiencias docentes.** Los insumos no son el recurso más importante para el aprendizaje entre pares; la práctica docente, el intercambio de experiencias y retos que enfrentan cotidianamente, son lo que constituye la materia principal para la reflexión, el aprendizaje y la toma de decisiones del CTE. En este sentido, es importante reposicionar en las sesiones de trabajo colegiado, el lugar que ocupa el análisis de la propia práctica docente, lo que viven de manera cotidiana en el aula y las dudas o problemáticas que surgen en su trabajo diario. Hay que dar tiempo suficiente para dialogar acerca de los retos que enfrentan, contrastar los propios saberes con los de otras y otros colegas, así como con los referentes que puedan encontrar en los insumos. Al analizar un

tema en la sesión del CTE, se considera importante reflexionar sobre los saberes docentes, cuestionarlos, mirarlos críticamente, dialogarlos con otras y otros para identificar los cambios que son necesarios en la práctica, que respondan a las características de sus estudiantes.

- **Reconocer que todas y todos son profesionales de la educación** que construyen un cúmulo de saberes prácticos al desarrollar su función: al buscar soluciones a los problemas que enfrentan en los contextos y condiciones de enseñanza en las que trabajan, al escuchar y atender las voces de sus estudiantes o de las familias, al poner sobre la mesa de discusión las dinámicas de la escuela y del aula y al buscar, a partir de la experiencia ganada, nuevas formas de enseñanza que ayuden a mejorar el aprendizaje de sus estudiantes; todo lo anterior permite que produzcan un repertorio de saberes que no siempre son verbalizados o no siempre las y los docentes son conscientes de que los poseen, sin embargo, en el aula, son recuperados para enfrentar los retos que se les presentan. En este sentido es importante confiar en los saberes propios y en los de sus colegas.

Mensaje del **Maestro Mario Delgado Carrillo**, Secretario de Educación Pública a maestras, maestros y agentes educativos.



Propósitos



- Profundizar en el conocimiento de las características del Eje Articulador Vida saludable del Plan de Estudio 2022.
- Identificar perspectivas para propiciar el desarrollo de aprendizajes asociados al Eje Articulador Vida saludable en la Educación Básica.

Ideas centrales

La escuela y su compromiso con la salud de niñas, niños y adolescentes

La transición demográfica y epidemiológica actual en nuestro país ha redefinido las prioridades en el cuidado de la salud. La obesidad, diabetes e hipertensión se han agudizado por el sedentarismo y el consumo de alimentos altos en azúcares, sal y grasas. Asimismo, se ha incrementado la presencia de trastornos mentales como la ansiedad y la depresión, y cada año aumenta el consumo de drogas legales e ilegales.

En la población que cursa la Educación Básica, los principales problemas de salud están determinados por condiciones causantes de desnutrición, sobrepeso y obesidad. En el caso particular de las adolescencias, sobresalen los comportamientos de riesgo, prácticas sexuales sin protección, embarazos no deseados, consumo de sustancias adictivas, trastornos de conducta alimentaria, depresión y violencia.

Bajo ese contexto, cobra relevancia el Eje Articulador Vida saludable, cuyas finalidades se orientan hacia una formación progresiva para transformar estilos de consumo y conductas que deterioran la salud y el medio ambiente. Lo anterior, basado en la comprensión de la red de acciones y relaciones entre el medio ambiente y la dinámica social, económica y cultural de las comunidades, sus impactos y efectos en la salud personal y colectiva.

El Eje Vida saludable favorece conexiones entre distintos Campos formativos y la vinculación con las familias y la comunidad. Los Contenidos y Procesos de Desarrollo de Aprendizaje (PDA) proveen de capacidades para el manejo de situaciones en las que pueden verse expuestas niñas, niños y adolescentes, que demandan anticipar riesgos y consecuencias para su vida personal y social. Se parte de la certeza de que una formación respaldada en valores, explicaciones pertinentes y adecuadas a los distintos contextos y niveles de comprensión, es indispensable para la toma de decisiones favorables a la salud.

Para iniciar la reflexión en torno a este tema en el CTE, se les propone conversar en torno a las siguientes preguntas:

- ¿Cómo se puede favorecer la vida saludable desde el trabajo con los Contenidos de la Fase o Disciplina que atienden?
- ¿De qué manera las maestras y los maestros pueden fomentar estilos de vida saludables?
- ¿Qué otras acciones se pueden desarrollar en la escuela para favorecer estilos de vida saludables?

Los insumos que se ofrecen a continuación pueden apoyarles para conocer más acerca de este Eje Articulador.



Insumo

Documento

Tema 6. Vida saludable

El Eje Articulador Vida Saludable en el Plan de Estudio 2022

Los Programas Sintéticos de cada una de las Fases de la Educación Básica, integran contenidos vinculados con los seis Ejes Articuladores, en el caso del Eje articulador Vida saludable, los Contenidos y Procesos de Desarrollo de Aprendizaje, enfatizan tres líneas formativas: **alimentación saludable; prevención de enfermedades, accidentes y adicciones; y educación integral en sexualidad (EIS).**

El propósito es que niñas, niños y adolescentes (NNA) desarrollen capacidades para elegir un estilo de vida sano, activo, responsable y pleno. A lo largo de la educación básica las tres líneas formativas están presentes en los cuatro Campos formativos, con distintos niveles de acercamiento desde la educación inicial hasta secundaria, como se describe a continuación.

Alimentación saludable

Fase 1 (Educación Inicial)

Se promueve la alimentación perceptiva en todos los servicios de Educación Inicial, que consiste en brindar alimentos con alto valor nutricional en los Centros Infantiles (CA) y (CAH), tomando como base menús especialmente diseñados para bebés de 0 a 3 años y se brinda orientación para dar seguimiento en casa. Se busca que tanto agentes educativos como familias promuevan vínculos amorosos y relaciones afectivas saludables, se creen o favorecen ambientes enriquecidos para que los niños disfruten de momentos y puedan desplazarse dependiendo de su necesidad e iniciativa.

Fase 2 (1^a, 2^a y 3^a Educación Preescolar)

Se promueve la alimentación perceptiva en todos los servicios de Educación Inicial, que consiste en brindar alimentos con alto valor nutricional en los Centros Infantiles (CA) y (CAH), tomando como base menús especialmente diseñados para bebés de 0 a 3 años y se brinda orientación para dar seguimiento en casa. Se busca que tanto agentes educativos como familias promuevan vínculos amorosos y relaciones afectivas saludables, se creen o favorecen ambientes enriquecidos para que los niños disfruten de momentos y puedan desplazarse dependiendo de su necesidad e iniciativa.

Se estimula en niñas y niños (NNA) la expresión de sus gustos y preferencias de alimentos y bebidas disponibles en su comunidad, con la identificación de los alimentos saludables y los que ponen en riesgo la salud. Se propicia la reflexión acerca del desperdicio de alimentos y la importancia del consumo de agua simple potable, el apoyo por la cultura alimentaria mexicana y de la diversidad de ingredientes que existen en el país, así como

El Eje Articulador Vida Saludable en el Plan de Estudio 2022

Secretaría de Educación Pública. (2025)

En este documento se describen tres líneas formativas primordiales para el Eje Articulador Vida saludable: alimentación saludable; prevención de enfermedades, accidentes y adicciones; y Educación Integral en Sexualidad, los cuales están presentes en los cuatro Campos formativos, con distintos niveles de acercamiento a lo largo de las Fases de la Educación Básica desde la educación inicial hasta secundaria.

Asimismo, se proponen algunas sugerencias para reflexionar en colectivo acerca de lo que implica promover el desarrollo de capacidades para elegir un estilo de vida sano, activo, responsable y pleno en niñas, niños y adolescentes.

Cartilla



Cartilla de Derechos sexuales de adolescentes y jóvenes

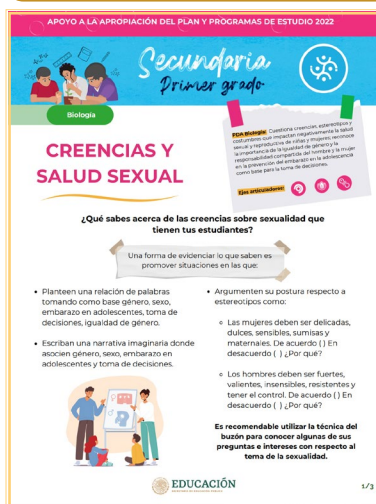
CONAPO. (2020)

La Cartilla de Derechos Sexuales de Adolescentes y Jóvenes es el resultado del “Foro Nacional de Jóvenes por los Derechos Sexuales” y presenta catorce derechos, cada uno explicado y sustentado en el marco jurídico vigente.

Los derechos sexuales son aquellos que garantizan el ejercicio de una sexualidad plena y segura, así como la capacidad de tomar decisiones libres, informadas, voluntarias y responsables sobre la propia sexualidad. Estos derechos también incluyen el acceso a información y a los servicios necesarios para la salud sexual y reproductiva.

La cartilla fue elaborada por un Comité Promotor integrado por organizaciones de la sociedad civil, con el respaldo de instituciones públicas y organismos autónomos, y contó con el aval de la Comisión Nacional de los Derechos Humanos. Su propósito es promover el reconocimiento y ejercicio de los derechos sexuales de la población adolescente y joven, de entre 12 y 29 años, en México.

Infografía

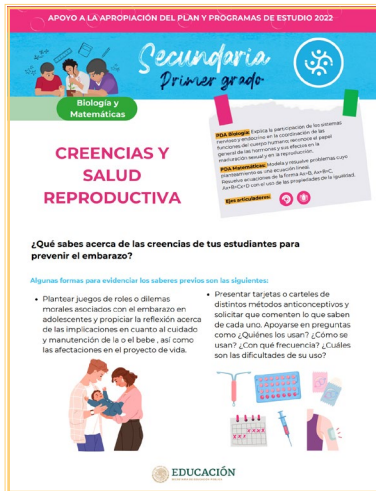


Creencias y Salud Sexual. Materiales de apoyo a la apropiación del Plan y Programas de Estudio 2022. Primero de Secundaria

Secretaría de Educación Pública. (2024)

Esta infografía presenta estrategias didácticas dirigidas a docentes de la disciplina de Biología para abordar la educación sexual integral. Se enfoca en promover el cuestionamiento de creencias, estereotipos y prácticas culturales que afectan de manera negativa la salud sexual y reproductiva de niñas y adolescentes. Asimismo, fomenta la reflexión crítica sobre la igualdad de género, la corresponsabilidad en la prevención del embarazo adolescente, la toma de decisiones informadas y el reconocimiento de los derechos sexuales.

Infografía



Creencias y Salud Reproductiva. Materiales de apoyo a la apropiación del Plan y Programas de Estudio 2022. Primero de Secundaria

Secretaría de Educación Pública. (2024)

En el marco de la Nueva Escuela Mexicana, este material propone a los docentes una estrategia interdisciplinaria —que articula Biología y Matemáticas— para abordar la prevención del embarazo en adolescentes. Su propósito es promover la reflexión sobre las implicaciones del cuidado y la manutención de un bebé y, mediante el análisis de información pertinente, cuestionar creencias relacionadas con la salud reproductiva. Asimismo, busca desarrollar el pensamiento crítico y favorecer la toma de decisiones informadas entre las y los estudiantes.

Guía



Guía para la Educación Integral en Sexualidad para fortalecer los Consejos Técnicos Escolares de Educación Básica

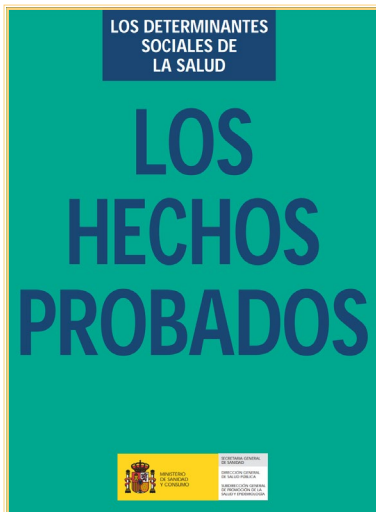
Unidad para la Igualdad de Género - Instituto Chihuahuense de la Mujer. (2015)

Esta guía, elaborada por la Unidad para la Igualdad de Género con la participación del Instituto Chihuahuense de la Mujer, está dirigida a las y los docentes de educación secundaria, con el propósito de ofrecer herramientas y estrategias en materia de educación integral de la sexualidad.

El documento convoca a las y los docentes a reflexionar sobre su propia manera de comprender y vivir la sexualidad: su historia personal, estereotipos, prejuicios, dudas, experiencias, apertura, objeciones y limitaciones frente al tema.

Asimismo, la guía promueve el desarrollo de conocimientos, actitudes y habilidades que permitan a niñas, niños y adolescentes tomar decisiones informadas y responsables sobre su sexualidad. También aborda la prevención de la violencia, del embarazo adolescente y de las infecciones de transmisión sexual, enfatizando el papel de la escuela como un espacio fundamental para la formación integral.

Documento*



Los determinantes sociales de la salud. Los hechos probados

Organización Mundial de la Salud. (2003)

Los estilos de vida de las personas y las condiciones en que viven y trabajan ejercen un gran impacto sobre su salud. Este documento aporta elementos basados en evidencias, que nos ayudan a identificar las relaciones entre la mala salud y las condiciones de pobreza y desventaja social.

Los diez temas tratados incluyen: los determinantes de la salud presentes en la primera infancia, así como los efectos de la pobreza, las drogas, las condiciones laborales, el desempleo, el apoyo social, la buena alimentación y la política de transporte. En cada uno de los temas se proponen recomendaciones para las políticas públicas, en las cuales se pueden vislumbrar algunas ideas para el trabajo que la escuela mantiene con estudiantes y familias.



Para seguir Profundizando

- Comisión Global de Política de Drogas. (2019). *La clasificación de sustancias psicoactivas. Cuando se dejó atrás a la ciencia*. https://www.globalcommissionondrugs.org/wpcontent/uploads/2019/06/2019Report_ESP_web.pdf
- comolehago.org (16 de octubre de 2025). *¿Cómo le hago?* <https://comolehago.org/>
- Cruz Martín del Campo, S., León Parra, B. y Angulo Rosas, E. A. (2019). *Lo que hay que saber sobre drogas*, México. Centros de Integración Juvenil. http://www.cij.gob.mx/sabersobredrogas/pdf/Saber_sobre_Drogas_2019.pdf
- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. UNICEF. (2024). *Manual de toma de decisiones*. <https://educacionbasica.sep.gob.mx/wp-content/uploads/2025/01/Manual-toma-de-decisiones.pdf>
- _____ (2021). *El rol de la escuela en la prevención del sobrepeso y la obesidad en estudiantes de América Latina y el Caribe*. https://www.researchgate.net/publication/355484661_El_rol_de_la_escuela_en_la_prevenccion_del_sobrepeso_y_obesidad_en_los_estudiantes
- Gobierno de México. (s.f.). *Vive saludable, vive feliz*. <https://vidasaludable.gob.mx/>

* Nuevo recurso.

- Lombardini, N., Garnica, E., Hernández, C. y Hernández K. (2025). *Yo decido. Mi futuro personal y comunitario*. Consejo Nacional de Población. <https://www.gob.mx/conapo/documentos/yo-decido-mi-futuro-personal-y-comunitario>
- Procuraduría Federal del Consumidor. (14 de marzo de 2016). *El derecho a una alimentación saludable*. <https://www.gob.mx/profeco/documentos/el-derecho-a-una-alimentacion-saludable?state=published>
- Secretaría de las Mujeres. (s.f.). Familias y sexualidad adolescente. <https://familiasysexualidades.inmujeres.gob.mx/#guia-de-navegacion>

El Proceso de Mejora Continua

Se sugiere destinar tiempo de la sesión para analizar y reflexionar acerca de los avances que tienen en su Proceso de Mejora Continua. En este momento del ciclo escolar, ustedes cuentan con información acerca del aprovechamiento de sus estudiantes en los dos primeros periodos del año, la cual puede ser de gran utilidad para valorar los avances de la escuela en diversos ámbitos como pueden ser: el de aprovechamiento, la asistencia, el avance en su Programa Analítico, las prácticas docentes o la participación de las familias, entre otros.

Al mismo tiempo, es una oportunidad para fortalecer las acciones que definieron en su Programa de mejora continua, analizar sus avances y tomar decisiones acerca de lo que pueden fortalecer o redireccionar para lograr las metas que se plantearon al inicio del ciclo escolar.

Recuerden que el último periodo del año es crucial para redoblar esfuerzos y apoyar a las y los estudiantes que más lo necesitan, para que avancen en sus Procesos de Desarrollo de Aprendizaje.



Estrategias Nacionales

Vive saludable. Vive Feliz



Se recuerda a las escuelas primarias del país que continúan las brigadas de salud, en las que personal especializado acude a los planteles para realizar mediciones de peso y talla, revisión visual y dental, aplicación de flúor, así como pláticas sobre salud y bienestar dirigidas a niñas y niños.

Solicitamos su valiosa colaboración para gestionar los consentimientos informados con madres, padres o tutores y asegurar la asistencia del alumnado el día de la visita. En las escuelas donde la brigada ya se llevó a cabo, es fundamental invitar a las familias a seguir las recomendaciones del Informe de Resultados y acudir a las clínicas de salud para recibir atención gratuita.

Educación Multigrado



Invitamos a maestras, maestros, figuras de dirección, supervisión y Asesoría Técnico Pedagógica que laboran en contextos multigrado, a compartir sus narrativas, proyectos, materiales didácticos, recursos audiovisuales y otras experiencias significativas que reflejen prácticas innovadoras en el marco de la Nueva

Escuela Mexicana.

Sus aportaciones son fundamentales para inspirar a otras y otros docentes a fortalecer el trabajo colegiado y contribuir a la co-construcción de la **Cartografía Nacional Multigrado**, un espacio que visibiliza la riqueza pedagógica de estos contextos.

Consulten la **Convocatoria Permanente** en el siguiente enlace: https://educacionmultigrado.sep.gob.mx/storage/recursos/Documentos/248IFcE2V0-Convocatoria_SaberesD.pdf

Visiten el sitio **Educación Multigrado** en el siguiente enlace: <https://educacionmultigrado.sep.gob.mx/>



Gobierno de
México

Educación

Secretaría de Educación Pública



2026
año de
**Margarita
Maza**