

Informe

Secretaría de Deportes

2025 - 2026



31 de julio, 01 y 02 de agosto | 2026



STUNAM
Sindicato de Institución

Secretaría de Deportes STUNAM



Informe de Actividades



Prof. Miguel Fuentes Cruz

01/08/2026

XLIII Congreso General del STUNAM

De conformidad con lo establecido en el temario de la convocatoria al , XLII Congreso General Ordinario y con sustento en los artículos 32 inciso “a” y 46 inciso “d”, del estatuto de nuestra organización sindical , la secretaría de deportes del STUNAM tiene el honor de presentar su informe a la soberanía de este congreso.

LA FORTALEZA Y LA RESILIENCIA DEPORTIVA DEL STUNAM

"El ser humano pasa la primera mitad de su vida arruinando la salud y la otra mitad intentando restablecerla." — Leonardo da Vinci

Todas las personas comparten un común denominador, niveles óptimos de salud, bienestar y plenitud, para que el resultado derive en superación tanto en el ámbito personal como en el profesional.

Lo anterior, dependerá de factores clave como: objetivos claros, planeación y logro de metas; Para esto, el deporte, además de ser un derecho humano, es una gran herramienta para incentivar hábitos como la disciplina, constancia y buen estado mental para dejar a un lado los miedos, dudas y preocupaciones que orillan al estrés.

La práctica constante de cualquier disciplina deportiva promueve a un estado equilibrado entre las esferas sociales que permean hasta el núcleo familiar, y por ende, en nuestros espacios laborales.

Nuestro sindicato tiene grandes fortalezas deportivas como los innumerables espacios para realizar activaciones físicas y deportivas, además, en cada una de las dependencias universitarias se promueve la formación de gestores deportivos capacitados para brindar un servicio óptimo a todas y todos los trabajadores que buscan mejorar su salud integralmente.

Sin embargo, las amenazas que actualmente enfrentamos son derivadas de un autoritarismo patronal marcado por su deficiente administración que promueve la reducción de espacios deportivos y recreativos en todas las dependencias universitarias a los y las trabajadoras administrativas. Por otro lado, esta secretaría de deportes ha identificado una gran oportunidad para contrarrestar estas inhumanas acciones; La unión hace la fuerza, y como tal, debemos actuar para beneficio de nuestro trabajo y nuestra salud; compañeras y compañeros, recordemos que sin un buen estado de salud no es posible atender las necesidades laborales eficientemente. Por lo tanto, exigir un espacio para el sano desarrollo físico, mental y emocional a través del deporte sindical debe ser un pilar primordial para todas y todos los

encargados del deporte en cada dependencia universitaria.

Por último, en este informe encontrarán algunas de las tantas actividades deportivas que esta secretaría de deportes ha gestionado con el apoyo incondicional de las y los subcomisionados deportivos. Son esfuerzos constantes para la construcción de espacios que brinden a todas y todos nuestros compañeros el apoyo para la consecución de metas encaminadas a mejorar su salud física.

Recuerda que solo tú eres responsable de una vida saludable, adoptemos un nuevo estilo de vida que esté centrado en la salud con el deporte.

“Mente sana en cuerpo sano”

EL DEPORTE EN EL STUNAM

La Organización Internacional del Trabajo (OIT) aborda el deporte y la actividad física como un derecho de salud y bienestar para todos los trabajadores. Desde 1924, este organismo adoptó la *Recomendación sobre la utilización del tiempo libre* (R21). Esta norma promueve el libre acceso de los trabajadores a instituciones recreativas y deportivas para prevenir enfermedades y vicios.

Actualmente, el deporte es una gran herramienta de salud y productividad laboral. se promueve activamente los programas de ejercicio en el STUNAM bajo los siguientes fundamentos: Eficiencia, Productividad y Activación física.

En primer lugar, las y los trabajadores saludables disminuyen significativamente los días por enfermedad y licencias médicas. Por otra parte, el aumento de la productividad laboral se promueve con la actividad física para regular equilibrar la energía, reducir el estrés laboral y mejorar sustancialmente el estado emocional. Por último, acciones que fomenten la activación física para reducir el sedentarismo; al respecto, La OIT advierte que los puestos con nula actividad motora dañan la salud y elevan riesgos cardiovasculares, por esto, exhorta a las empresas a facilitar instalaciones y espacios

deportivos junto con pausas laborales activas.

La obesidad y sedentarismo en México está en continuo aumento por lo que esta secretaría de deportes, promueve mejorar el estado de salud integral en lo individual y en las familias del STUNAM; Por lo anterior, el Objetivo General de estas actividades es el fomentar acciones que permitan brindar los espacios para la práctica del deporte de los trabajadores universitarios del STUNAM de una manera profesional, ética y de calidad. Del mismo modo, conforme a lo establecido en los estatutos sindicales, mantener actualizados lineamientos normativos para una eficaz gestión deportiva.

A continuación, se enlistan los programas deportivos que continúan establecidos y en los que todas y todos los trabajadores, junto con sus familias, pueden participar:

DISCIPLINAS

1. Escuela de futbol soccer “Cachorros STUNAM” para hijos e hijas de trabajadores del STUNAM y Liga infantil de Futbol soccer “Cachorros STUNAM”:
2. Escuela de Natación STUNAM
3. Liga de fútbol STUNAM femenil.
4. Liga de fútbol STUNAM varonil
5. Liga de Fútbol Americano del STUNAM.
6. Escuela de Frontón a mano para trabajadores y trabajadoras del STUNAM y Cachorros STUNAM,
7. La Escuela de Box STUNAM para hijos, hijas, trabajadores y trabajadoras del STUNAM en av. Universidad 779 y Ciudad Universitaria.
8. Torneos deportivos relámpago
9. Las emblemáticas carreras atléticas que se desarrollan en el estadio olímpico de Ciudad Universitaria se continúan gestionando con normalidad; de tal forma, que muy pronto nos encontraremos celebrando el 20 aniversario en la edición nocturna. Por otra parte, también se desarrollan las carreras en las dependencias foráneas como: Juriquilla y Morelos .

EVENTOS

- Circuito de carreras atléticas del STUNAM
- Deporte representativo del STUNAM
- Normativa deportiva
- Torneos recreativos para todas las dependencias universitarias
- Conmemorativo del día del maestro
- Torneos foráneos
- Capacitación en Primeros Auxilios Básicos
- Reunión de subcomisionados del deporte
- Centro de Educación Continua y Salud Deportiva del STUNAM (CECSD STUNAM)

Conclusión

Invitamos a las y los subcomisionados de deporte actuales para acercarse a esta secretaría de deportes para trabajar en equipo y refrendar la práctica del deporte como derecho humano y su defensa en cada dependencia universitaria, su participación es de vital importancia.

Recordemos que en el STUNAM somos referente de bienestar social y todo gracias a nuestro contrato colectivo de trabajo que promueve y asegura el deporte, por lo tanto, un buen estado de salud integral

Compañeras y compañeros, sumemos nuestras fortalezas y recuperemos nuestros espacios deportivos en beneficio de nuestra salud.

Unidos venceremos.