



Salud

PRIMA FACIE

RICARDO
MONREAL ÁVILA



ricardomonreal@yahoo.com.mx / @RicardoMonrealA

Hace cinco años, el mundo cambió de manera drástica. El 11 de marzo de 2020, la Organización Mundial de la Salud (OMS) declaró una pandemia por Covid-19, marcando un antes y un después en nuestra historia reciente.

La crisis sanitaria nos obligó a replantear nuestra manera de vivir, entender la importancia de la prevención y darnos cuenta de que la salud debe ser una prioridad en todas las políticas públicas y las legislaciones.

En México, la pandemia nos dejó grandes aprendizajes. Fue un llamado de atención respecto a la necesidad de fortalecer nuestro sistema de salud y, principalmente, de promover estilos de vida saludables que nos ayuden a prevenir enfermedades crónicas como obesidad, diabetes e hipertensión. Hoy, un lustro después, el Gobierno de la Cuarta Transformación sigue avanzando con un enfoque preventivo y de bienestar integral.

En este contexto, la presidenta Claudia Sheinbaum puso en marcha el programa Vive Saludable, Vive Feliz, como parte de la estrategia nacional Vida Saludable, diseñada para transformar la salud infantil en México. Su objetivo principal es erradicar el sobrepeso, así como fomentar la salud visual y bucal, garantizando que las nuevas generaciones crezcan con hábitos saludables.

La estrategia se inscribe en el marco de la Nueva Escuela Mexicana y busca atender, desde diferentes ángulos, el bienestar

de las y los estudiantes, lo cual incluye la implementación de censos de peso y talla en las escuelas; la prohibición de comida chatarra en los planteles; la promoción de la actividad física, y la educación sobre la prevención de adicciones.

Un punto clave es el fortalecimiento de la comunidad educativa. No se trata sólo de cambiar hábitos dentro de las aulas, sino de involucrar a las familias y a la comunidad escolar en la construcción de una cultura de salud.

La información y la prevención siempre serán herramientas poderosas y, en ese sentido, la estrategia Vida Saludable busca empoderar a docentes, madres y padres de familia para que sean agentes activos en dicho proceso.

Con una mejor alimentación, más actividad física y una educación integral sobre salud, nuestras infancias y juventudes crecerán más sanas y también mejorarán su rendimiento escolar y su bienestar emocional.

Además, con la prevención de enfermedades crónicas desde la infancia, se busca reducir la presión sobre el sistema de salubridad pública y avanzar hacia un país donde el acceso a la salud sea un derecho garantizado, no un privilegio.

El Gobierno de México ha dejado claro que la salud es un pilar fundamental del bienestar social. Vive Saludable, Vive Feliz es una apuesta por el futuro, una muestra de que aprendimos la lección que nos dejó la pandemia y de que tenemos la disposición para construir un México más sano, más fuerte y con oportunidades de vida digna para todas y todos.