

Historieta “Misión salud”



UNA LLAMADA QUE SALVA



Número 7.1
Diciembre 2025



Gobierno de
México

Salud
Secretaría de Salud

Educación
Secretaría de Educación Pública

Bienestar
Secretaría de Bienestar

Maty tiene un ídolo, alguien que lo inspira... Pero también tiene muchas inseguridades:



Maty no se lo cuenta a nadie... Y su voz interior se vuelve cada día más cruel:



Mañana crece cuando emociones, pensamientos y situaciones nublan el día.

Al día siguiente, Maty y sus compañeros hacen un test de orientación vocacional:



No sé para que soy bueno.



Pero Maraña aprovecha cualquier pensamiento para crecer.



Sólo hay alguien a quién Maraña le teme... Iká Mensajero de Vida:



¿Has observado a Maty?



¿Qué tendrá?, ya son varios días que lo noto raro.

Cuando Maraña controla, es común que las personas se aislen...



Nadie me ve.



En la soledad y la tristeza, Maraña se siente invencible.



Y aunque afuera hay personas que quieren mucho a Maty, Maraña se encarga de que él no las vea.

Por fortuna, Maty tiene una red de apoyo que se ha preocupado por él...



Iká sabe que Maraña se debilita cuando recordamos lo bonito de la vida.





Maraña se resiste a irse, y convence a Maty de que nada vale la pena.



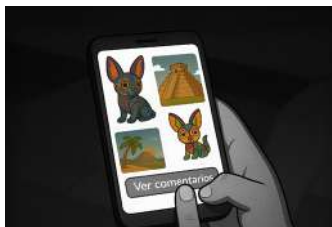
Maty hace un esfuerzo, pero se siente agotado de tanto pensar...



Maraña se vuelve un tornado de pensamientos negativos... Ahora controla la mente de Maty.



Maty intenta distraerse, revisa su blog de dibujos:



Maty, desliza la pantalla y aparece un anuncio de la Línea de la Vida.



Agotado, Maty se atreve a algo que jamás imaginó: marcar a la Línea de la Vida.

En el Centro de Psicorientación Telefónica del Gobierno de México, hay mucho por hacer por Maty, y por todas las personas que lo necesitan:

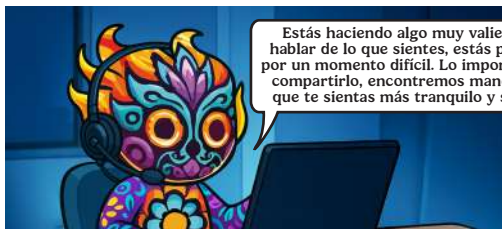
Buenas noches, estás llamando a la Línea de la Vida de la Secretaría de Salud, ¿en qué puedo ayudarte?

Soy Maty, y he perdido mi camino.

Maty, podrías platicarme, ¿cómo estuvo tu día?

Pues...

Maty se siente en confianza, poco a poco comparte todo lo que ha vivido con Maraña...



La llamada se extiende, Maty se siente entendido, habla de lo que le hace feliz, siente como Maraña se vuelve pequeño.

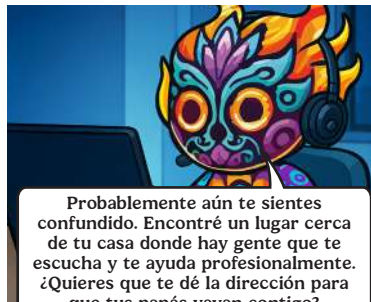
Iká lo hace estupendo, Maty se siente mejor.



Todo lo que me has contado es muy valioso.



Por primera vez en mucho tiempo, Maty siente que puede salir adelante.



Probablemente aún te sientes confundido. Encontré un lugar cerca de tu casa donde hay gente que te escucha y te ayuda profesionalmente. ¿Quieres que te dé la dirección para que tus papás vayan contigo?



Iká comparte el CECOSAMA más cercano para la ubicación de Maty.



Sí, sí quiero.



Maty decidió ir a un Centro Comunitario de Salud Mental y Adicciones, acompañado de sus padres.

Esa llamada fue lo mejor que pude haber hecho.



¿Sabías qué?...



Cuando alguien tiene pensamientos de no querer seguir, es porque siente que Maraña lo aprieta muy fuerte. Hablar con un profesional te ayuda a que no tengas que luchar solo.

Maraña es como una nube enredada de pensamientos que asustan o confunden.

Todos tenemos una, pero a veces crece tanto que no nos deja ver los colores de la vida.

Maraña no eres tú.
Son solo pensamientos.

Tips:

Si alguna vez has estado en una situación complicada o de emergencia:

- Reconoce tus sentimientos.
- Identifica tus fuentes de apoyo.
- Explora soluciones que no te afecten.
- Sé paciente contigo mismo.
- Busca orientación profesional.
- Celebra tu valentía.



- En la **Línea de la Vida** se proporciona psicorientación y consejería, se brindan primeros auxilios psicológicos y se deriva a las diferentes instancias que conforman la **Red de Servicios Institucionales**.
- En México hay **343 Centros Comunitarios de Salud Mental y Adicciones**.
- La **Línea de la Vida** atiende las **24 horas los 365 días del año**.
- En el 2025, se atendieron **238,498 llamadas totales**.
- La **Línea de la Vida** brinda atención a través de **profesionales de la salud mental y las adicciones**.

Si requieres mayor información, consulta <https://www.gob.mx/lineadelavida>

Dale color a tu vida