

# Historieta “Misión salud”



Número 3  
Septiembre 2025



Gobierno de  
**México**

**Salud**  
Secretaría de Salud

**Educación**  
Secretaría de Educación Pública

**Bienestar**  
Secretaría de Bienestar

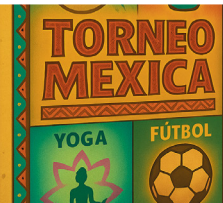
Este programa es público, ajeno a cualquier partido político. Queda prohibido el uso para fines distintos a los establecidos en el programa.

A la semana siguiente, las y los niños reflexionaron sobre la necesidad de crear eventos que promuevan hábitos saludables en lugar de ferias llenas de azúcar.





La convocatoria fue un éxito: niñas, niños y jóvenes de todas las comunidades llegaron a registrarse.



¡Yo voy al torneo de béisbol!

¡Yo quiero competir en fútbol!

Todas y todos están acompañados por sus familias, porque los vienen a apoyar.



¡A cargo de la competencia de Béisbol, Nutriana!

Junto a Batin, el mejor bateador, y Caché, la catcher más calculadora...



¡Sean todas y todos bienvenidos!



Desde un pacífico rincón del torneo Mexica, Passiflora y Nina organizan la clase de yoga.



Y en la cancha de fútbol, Vitalino y Lula están listos para dar un gran partido!



Y desde la gran Ciudad de México llegaron el Dr. Fuerza y Mr. Disciplina.



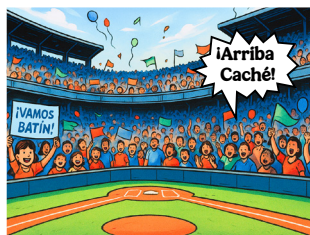
¡Estamos listos para defender la salud!



Y para demostrar que la disciplina siempre gana.



El juego Mexica arrancó con béisbol  
y un estadio lleno de emoción...



¡Arriba  
Caché!



¡Vamos equipo,  
a darlo todo!



¡Recuerden,  
lo importante  
es jugar limpio  
y disfrutar!

El partido inició con intensidad,  
pero el clima no parecía ayudar...



Pronto la lluvia lo arruinará...  
y yo me encargaré de que la  
cancha quede hecha un pantano.

Un golpe de 97 millas asegura otra carrera.



¡Sigan así,  
somos  
imparables!



¡El juego no  
se acaba hasta  
que se acaba!

De pronto, la tormenta interrumpió  
el partido...



...y Golosina aprovechó para ensuciar la cancha.



Un momento...  
¿quién llenó  
el campo de lodo?

¡Así no podremos  
seguir jugando!



*La tormenta terminó... pero la cancha quedó hecha un desastre.*



*En minutos, la unión de todas y todos transformó el campo.*

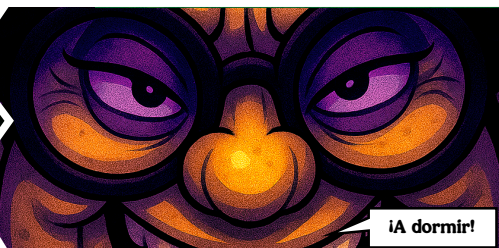


*El partido se reanuda...*



*La segunda parte del partido fue un espectáculo. Con un batazo magistral, Batín anotó un home run y su equipo se llevó la Copa Mexico.*





*En segundos, el parque se llenó de un sueño profundo y muchos ronquidos...*









Don Chuchuluco empezó a poner obstáculos para sabotear el juego.



¡Así no se puede jugar!



¡Claro que sí, yo soy el árbitro!

Sigamos jugando con respeto, pase lo que pase.



¡El trabajo en equipo vence cualquier trampa!

La alegría fue más fuerte que las trampas.



¡No puede ser! ¡Ni con sabotaje dejan de divertirse!



¡Vitalino manda pase filtrado a Lula!



¡Gol, gol, gol!



Si siguen sabotando, tendremos que entrar en acción.





La batalla comienza, el Dr. Fuerza está dispuesto a hacerles ver a los villanos lo que es conducirse con valores...







Los villanos cayeron una vez más. La victoria no fue solo en el ring, sino en cada corazón que eligió moverse, jugar y disfrutar sano.



La salud se cuida cada día con buenos hábitos.

Y la disciplina nos hace fuertes.

Y mientras todas y todos celebran que la disciplina venció a la pereza... en la gran Ciudad de México, Tona se prepara para vencer otro gran reto.

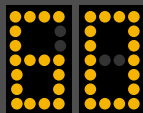


# ¿Sabías que?

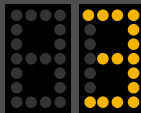
De acuerdo con las recomendaciones de la Organización Mundial de la Salud:

Las niñas, niños y adolescentes entre 5 y 17 años deben realizar 60 minutos de actividad física al menos 3 días por semana.

Minutos



Días



3 X MI  
SALUD



## Beneficios del ejercicio:

Mejora

Tu salud cardiometabólica



Tu salud mental y desempeño escolar



Y fortalece tus músculos y huesos



Gobierno de  
México

Salud  
Secretaría de Salud

Educación  
Secretaría de Educación Pública

Bienestar  
Secretaría de Bienestar

Este programa es público, ajeno a cualquier partido político. Queda prohibido el uso para fines distintos a los establecidos en el programa.