OPINIÓN

El Mundial de futbol como plataforma de salud: De Muuk’ y Toj Óol a la prevención de fracturas

Por Juan Manuel Lira · 24 de noviembre de 2025 · 4 min de lectura



El entusiasmo que envuelve a México como coanfitrión de la Copa Mundial de la FIFA es innegable. Más allá de la infraestructura deportiva y la pasión futbolística, este magno evento representa una ventana de oportunidad única para impulsar acciones de salud pública. El Estado Mexicano, consciente de esta plataforma, ha trazado una estrategia que busca trascender el ámbito deportivo, promoviendo hábitos saludables y bienestar en todo el país. Es una visión proactiva que hay que celebrar, pero que demandará acciones a futuro para que la salud pública sea tan robusta como el evento mismo.

La Visión del Músculo y el Hueso: Un acierto de comunicación

En una de las Conferencias “mañaneras”, se destacó la intención del gobierno de la presidenta Claudia Sheinbaum de utilizar el ímpetu del Mundial para impulsar la activación física y la promoción de la salud. En este marco, el anuncio del Secretario de Salud, David Kershenobich, sobre las mascotas Muuk’ (fuerza y energía) y Toj Óol (salud), es un buen ejemplo de prevención primaria y comunicación efectiva.

La estrategia de estas figuras, con nombres de origen maya, es un acierto conceptual. Abordar la salud desde la perspectiva del músculo y el hueso sanos es un enfoque científicamente sólido que ataca la raíz de problemas crónicos como la sarcopenia y la osteoporosis. Al llevar los programas de activación física a las comunidades y

crucialmente, a las escuelas del Sistema Educativo Nacional, el gobierno invierte en la calidad de vida de las futuras generaciones. Se está utilizando la visibilidad del fútbol para inculcar un hábito que rendirá frutos a futuro: menos sedentarismo, menos enfermedades crónicas asociadas y una vejez funcional.

Sin embargo, la continuidad de Muuk' y Toj Óol más allá del torneo mundialista, es la piedra angular para evitar que la iniciativa sea un simple "fuego de artificio" mediático. Es una intervención de salud pública que merece un enfoque a largo plazo.

La Deuda del Presente: La crisis de la fractura en los adultos mayores

En este contexto de la salud del sistema musculoesquelético el foco mediático se dirige a la promoción de hábitos en la juventud. Sin embargo, hoy existe una crisis sanitaria que exige nuestra atención y recursos: la epidemia de fracturas osteoporóticas en la población senil mexicana.

En México, una fractura por fragilidad ósea, especialmente la de cadera, además de representar un costo de millones de pesos para el sistema de salud y las familias, se asocia con una alta tasa de mortalidad y una discapacidad significativa. Esta es una intervención de prevención secundaria y terciaria que no puede esperar 20 años a que la generación de Muuk' y Toj Óol envejezca.

El camino hacia un eficaz programa de salud pública

Para que la estrategia de salud pública del Mundial sea verdaderamente trascendente, debe ser integral. La visión de Muuk' y Toj Óol debe ser complementada con una política pública dirigida a la población de alto riesgo. El Estado Mexicano debe utilizar el presupuesto y la coordinación interinstitucional del Mundial para lanzar tres pilares de intervención clínica que demuestren un compromiso con la salud en todas las edades:

Refuerzo de la Detección Temprana: Se debe garantizar la Densitometría Ósea accesible para aquellas poblaciones de riesgo (mujeres post menopáusicas).

Capacitación del Personal de Salud: Capacitación de médicos de primer nivel para la identificación temprana del riesgo y la prescripción adecuada de tratamientos contra la Osteoporosis.

Programas de Prevención de Caídas: Además de la promoción del ejercicio general, se necesitan programas focalizados en el adulto mayor que mejoren el balance y la fuerza muscular de las extremidades inferiores, además de la eliminación de riesgos para sufrir una caída en el hogar. Las visitas de promotores de salud del programa "Salud Casa por Casa" deberán reforzar estas medidas.

El Mundial de Fútbol es una fiesta de la fuerza y la energía. La visión de las autoridades sanitarias de aprovechar este momento para impulsar la salud es encomiable. Pero la medida de la grandeza de este legado no será solo cuántos niños conocen a Muuk' y Toj Óol, sino cuántos adultos mayores evitan una fractura gracias a las inversiones clínicas y preventivas que se implementaron bajo el paraguas de este evento histórico. Solo así el legado de México será verdaderamente holístico, equitativo y digno de una nación que sabe que el verdadero campeonato se juega en la calidad de vida de sus ciudadanos.

Publicado en Punto de Referencia. Dirección original: https://puntodereferencia.mx/opinion/el-mundial-de-futbol-como-plataforma-de-salud-de-muuk-y-toj-ool-a-la-prevencion-de-fracturas
Descargado el 21 de noviembre de 2026.