CDMX

"Vida Plena, Corazón Contento", el programa que ha prevenido el suicidio de 150 personas en la CDMX

25 de mayo de 2026 · 5 min de lectura



El Gobierno de la Ciudad de México anunció que con el fortalecimiento de la estrategia “Vida Plena, Corazón Contento”, a un año de su implementación, se han atendido a más de un millón 150 mil estudiantes, y así se han prevenido más de 150 casos de riesgo suicida.

La jefa de Gobierno de la CDMX, Clara Brugada, afirmó que la salud mental y el bienestar emocional son una responsabilidad pública y un derecho de la población, por lo que anunció el fortalecimiento de la estrategia “Vida Plena, Corazón Contento”, con el cual, a un año de su implementación, se ha atendido a más de un millón 150 mil estudiantes.



En conferencia de prensa desde el Palacio del Ayuntamiento, la mandataria capitalina sostuvo que históricamente los gobiernos se concentraron únicamente en la salud física; sin embargo, señaló, que hoy la ciudad coloca la salud mental en el centro de la política pública.

Por lo que, Brugada Molina anunció la puesta en marcha, a partir del próximo lunes, de la línea telefónica “Vida Plena, Corazón Contento” *0311, que brindará atención las 24 horas para acompañamiento emocional, atención de crisis y prevención del suicidio.



“La salud mental no es un asunto privado que deba cargarse en soledad o bajo estigma; es una responsabilidad colectiva y una obligación del gobierno”, enfatizó Clara Brugada al anunciar el fortalecimiento de este programa con nuevas acciones de atención permanente, prevención del suicidio y acompañamiento emocional para las juventudes y la población en general.

La jefa de Gobierno detalló que también se desplegarán 100 jornadas territoriales de bienestar emocional en colonias, pueblos y barrios con mayores condiciones de vulnerabilidad, para acercar servicios gratuitos, talleres, diagnósticos y terapias grupales e individuales directamente a la población.



Incluso, Brugada mencionó que también se pondrá en marcha una campaña permanente de salud mental en medios de comunicación y redes sociales, acompañada por una guía de primeros auxilios emocionales para ayudar a identificar síntomas de malestar psicológico y actuar ante situaciones de crisis.

La jefa de Gobierno anunció, además, que el próximo año comenzará la construcción de una Clínica de las Emociones con atención las 24 horas, especializada en emergencias y crisis relacionadas con salud mental.

A ello se sumará la creación de 100 Centros de Cuidado de las Emociones distribuidos en toda la ciudad, uno por cada UTOPÍA, con el objetivo de acercar atención emocional profesional a toda la población.



“La salud mental no puede estar reservada para quienes tienen dinero para pagarla. Democratizar el bienestar emocional también significa combatir desigualdades”, enfatizó Brugada.

Al afirmar que el programa “Vida Plena, Corazón Contento” es de acceso universal y gratuito, Brugada Molina destacó que opera bajo un modelo preventivo y territorial que lleva atención psicológica directamente a las escuelas secundarias y de nivel medio superior, sin esperar a que las y los jóvenes soliciten ayuda.



Clara Brugada subrayó que las escuelas públicas se han convertido en el principal espacio de atención emocional mediante talleres colectivos, dinámicas grupales y acompañamiento especializado.

Asimismo, la mandataria capitalina dijo que s un año de su implementación, la estrategia ha alcanzado a más de un millón de estudiantes en mil 116 escuelas: 802 secundarias públicas y 314 planteles de nivel medio superior. Además, el programa ha permitido atender 579 casos de emergencia y prevenir más de 150 situaciones de riesgo suicida.



Por su parte, la secretaria de Salud, Nadine Gasman Zilbermann, señaló que la estrategia atiende una problemática urgente, ya que, casi 12% de la población de la ciudad presenta malestar psicológico; entre adolescentes la cifra asciende a 14.4 %y casi una de cada cinco mujeres adolescentes reporta afectaciones emocionales.

Gasman añadió que, los intentos de suicidio en adolescentes triplican los registrados en personas adultas, por lo que este sector se convirtió en una prioridad para el Gobierno capitalino.



Destacó que la política pública impulsada por la ciudad está basada en evidencia científica y busca garantizar atención gratuita, comunitaria y cercana a la población mediante programas escolares, estrategias territoriales y espacios especializados de atención emocional.

Añadió que los intentos de suicidio en adolescentes triplican los registrados en personas adultas, por lo que este sector se convirtió en una prioridad para el Gobierno capitalino.

Destacó que la política pública impulsada por la ciudad está basada en evidencia científica y busca garantizar atención gratuita, comunitaria y cercana a la población mediante programas escolares, estrategias territoriales y espacios especializados de atención emocional.



Nadin Gasman detalló que entre las principales problemáticas detectadas se encuentran estrés, ansiedad, depresión y riesgo suicida, además de casos de violencia sexual, consumo de sustancias psicoactivas y violencia escolar, todos con seguimiento personalizado para estudiantes y sus familias.

Agregó que la estrategia cuenta con un equipo de 225 especialistas en salud mental, de los cuales 200 están asignados directamente a escuelas secundarias y de nivel medio superior, donde también se imparten talleres psicoeducativos, acompañamiento individual y capacitación a docentes y familiares.

Asimismo, informó que más del 98% de docentes y directivos consultados considera fundamental la continuidad de la estrategia, mientras que más del 90% percibe mejoras en el bienestar emocional de las y los estudiantes.

Publicado en Punto de Referencia. Dirección original: https://puntodereferencia.mx/cdmx/vida-plena-corazon-contento-el-programa-que-ha-prevenido-el-suicidio-de-150-personas-en-la-cdmx
Descargado el 21 de noviembre de 2026.