Publicado en *Coordinación General de Comunicación Social* (https://www.comsoc.udg.mx)

Comparte experiencias de vida “El Maestro” Benjamín Galindo, en el marco del Día Mundial de la Salud Mental

Visitó el Nuevo Hospital Civil de Guadalajara Dr. Juan I. Menchaca

En el marco del Día Mundial de la Salud Mental (10 de octubre), “El Maestro” Benjamín Galindo Marentes, leyenda del futbol mexicano, exjugador de las Chivas del Guadalajara y de la Selección Mexicana de Futbol, visitó el pasado 11 de octubre el Nuevo Hospital Civil de Guadalajara Dr. Juan I. Menchaca, para compartir su experiencia de vida.

El Director del HCG Dr. Juan I. Menchaca, doctor Benjamín Becerra Rodríguez, destacó la participación de Galindo Marentes, “cuya presencia resalta la relevancia del tema que hoy nos convoca. Este año, el Día Mundial de la Salud Mental se centra en un aspecto crucial de nuestras vidas, ‘Es tiempo de priorizar la salud mental en el lugar de trabajo’. Esta elección no es fortuita, sino que responde a una realidad alarmante, a los desafíos y exigencias de los entornos laborales modernos que ejercen una presión significativa sobre la salud mental en los trabajadores de todo el mundo”, afirmó.

Resaltó que factores como la sobrecarga de trabajo, la falta de apoyo en el entorno laboral, la inseguridad, la no conciliación entre la vida personal y laboral, han demostrado ser desencadenantes de trastornos mentales graves, y que de no abordarse a tiempo estas condiciones pueden evolucionar a enfermedades como depresión, trastornos de ansiedad, agotamiento emocional, síndrome de Burnout, o incluso ideas o tentativas suicidas.

Becerra Rodríguez inició la plática con el también exdirector técnico de las Chivas rayadas del Guadalajara, a quien le preguntó de dónde sacaba su fortaleza mental mientras tiraba un penal, refiriéndose en concreto al partido de la final de la Copa América en 1993, que enfrentó a México con Argentina, y cómo esa misma fortaleza le sirvió ahora para recuperarse del accidente cerebro-vascular que sufrió en mayo de 2020; a lo que “El Maestro” contestó que toda su fortaleza mental siempre se la ha dado su familia, su esposa y sus hijos.

“Cuando yo jugaba futbol, siempre que pateaba un penal, un tiro libre, siempre pensaba en mi familia; para mí siempre va a estar ligado el futbol a mis hijos, a mi esposa, y eso me ha dado fuerza para seguir adelante”, relató.

El reconocido exfutbolista enfatizó la importancia de contar con la compañía y el apoyo de la familia, tanto en los buenos como en los malos momentos; expresó gran agradecimiento a su esposa e hijos, quienes siempre han estado acompañándolo, y que gracias a ellos ha podido salir adelante en el proceso de su recuperación.

Compartió también con los asistentes algunas de las vivencias que quedaron grabadas en la memoria de sus aficionados, recordando sus mejores jugadas y anécdotas durante su trayectoria futbolística.

Becerra Rodríguez agradeció la presencia de Galindo Marentes: “La invitación obedeció no sólo por ser un gran futbolista, sino por el gran ser humano que encarna las cualidades que queremos destacar en este Día Mundial de la Salud Mental, la capacidad de levantarse frente a los desafíos más difíciles, la resiliencia para seguir adelante y la fortaleza emocional para adaptarse y salir fortalecido ante las situaciones complejas”.

En este acto conmemorativo se dieron a conocer a los ganadores del concurso de fotografía “La salud mental a través de mis ojos”, organizado por el Servicio de Psicología del nosocomio, encabezado por la doctora Minia Montserrat Aguilera Hernández. El tercer lugar fue para Jesús Antonio Galván Vega, con la fotografía “Noche de ensueño”; el segundo lo ganó Daniela Sofía Pineda Rangel, con “Sanar como árboles” y el primer lugar lo obtuvo Tania Fernández Pantoja, con “Mirar hacia adentro”; todos ellos recibieron un reconocimiento y un premio.

Atentamente
“Piensa y Trabaja”
“30 Años de la Autonomía de la Universidad de Guadalajara y de su organización en Red”
Guadalajara, Jalisco, 14 de octubre de 2024

Texto: Juan Vences | Hospital Civil de Guadalajara
Fotografía: Jorge Íñiguez

Etiquetas:
Benjamín Becerra Rodríguez [1]
Benjamín Galindo [2]

URL Fuente:
https://www.comsoc.udg.mx/noticia/comparte-experiencias-de-vida-el-maestro-benjamin-galindo-en-el-marco-del-dia-mundial-de-la

Links

[1] https://www.comsoc.udg.mx/etiquetas/benjamin-becerra-rodriguez
[2] https://www.comsoc.udg.mx/etiquetas/benjamin-galindo