



Promueve Centro de Salud Uno integración de Grupos de Ayuda Mutua para Enfermedades Crónicas

- Con un equipo multidisciplinario se brinda asesoría, talleres y estudios de laboratorios gratuitos para el control de padecimientos y mejorar los estilos de vida

Oaxaca de Juárez, Oax. 1 de abril de 2025.- Con más de 64 años de servicio y atendiendo a 78 mil 441 habitantes de 70 colonias y agencias del municipio de Oaxaca de Juárez, el Centro de Salud Urbano Uno Doctor Manuel Martínez Soto de IMSS-Bienestar refuerza su compromiso con la población mediante los servicios que brinda el Grupo de Ayuda Mutua (GAM) para el manejo de Enfermedades Crónicas (EC).

El director de la Unidad, José Ramón Pintor Sill, informó que actualmente se cuenta con dos GAM integrados por 33 personas, quienes se reúnen cada martes y jueves, de 8:00 a 10:00 horas. Estos grupos son un espacio para aprender y practicar estilos de vida saludables, enfocados en el control de padecimientos como diabetes mellitus, obesidad, hipertensión arterial y dislipidemias.

Bajo la coordinación de un equipo multidisciplinario que incluye psicólogos, optometristas, nutriólogos, terapistas y médicos; las y los participantes reciben asesoría especializada, talleres y estudios de laboratorio gratuitos.

Los ejercicios abarcan desde actividad física y pláticas sobre nutrición, salud mental y autocuidado, hasta la realización de estudios para medir colesterol, triglicéridos, glucosa, peso y talla, complementados con el esquema de vacunación según grupo de edad.

El programa también imparte pláticas sobre terapia de integración grupal, salud bucal, glucemia capilar, control de contenido de sodio en alimentos, preparación de platillos saludables, seguimiento de metas, retinopatía diabética, activación física, atención dental y correcto lavado de manos, entre otros temas relevantes para la salud integral.

El funcionario destacó que la incorporación de estos servicios no solo ha permitido mantener la atención a los GAM, sino que se planea expandir la capacidad instalada hasta formar ocho grupos, que atenderán a más de 100 personas, lo que representa un esfuerzo continuo para mejorar la calidad de vida de quienes presentan enfermedades crónicas.

Resaltó la reciente presentación del nuevo coordinador de Políticas Públicas y Promoción de la Salud de la Unidad, Pedro Regino Alavez Mata, quien asumió con la visión de trabajar de manera coordinada con la responsable de los Grupos de Ayuda Mutua, reforzando así la atención y seguimiento a estos pacientes.

-0-