



GRUPOS DE AYUDA MUTUA (ENFERMEDADES CRÓNICAS)

- **Definición:**

Un GRUPO DE AYUDA MUTUA EC se define como la organización de pacientes que con el apoyo del personal de salud tiene como objetivo coadyuvar al control metabólico de sus Enfermedades Crónicas, a través de estrategias educativas que promuevan la adopción de un estilo de vida saludable.

- **Objetivo:**

Contribuir al control metabólico de los pacientes con enfermedades crónicas en el primer nivel de atención a la salud, a fin de prevenir o retrasar complicaciones mediante estrategias educativas y el tratamiento multidisciplinario de los Grupos de Ayuda Mutua en cada uno de los centros de Salud de la Ciudad de México, los cuales:

- Adquieren conocimiento sobre su enfermedad.
- Toman decisiones informadas sobre su enfermedad, su cuidado y su control.
- Mantienen un control metabólico de su enfermedad.
- Previenen o retrasan la aparición de complicaciones.

Actualmente contamos con 35 GAM EC acreditados en la Ciudad de México con un promedio de 20 integrantes por grupo.



- **Requisitos:**

- 1.- Contar con Seguro Popular vigente.
- 2.- Persona con diagnóstico de (Sobrepeso, Obesidad, Hipertensión Arterial, Diabetes Mellitus, Hipercolesterolemia y/o Hipertrigliceridemia).
- 3.- Acudir a su Centro de Salud más cercano.

INTEGRATE A UN GRUPO DE AYUDA MUTUA obtendrás grandes beneficios.