

## Recomendaciones para actualizar los *Lineamientos de Operación de los Grupos de Ayuda Mutua* de la Secretaría de Salud en México

- *Meta Salud Diabetes* es un programa educativo diseñado con base en los *Lineamientos de Operación de los GAM* que contribuye a cumplir las metas de acreditación de los grupos.
- *Meta Salud Diabetes* puede utilizarse como el plan educativo que se solicita en los *Lineamientos* e incluye una metodología participativa para la educación en salud que se requiere para el manejo de los GAM.
- Se recomienda que *Meta Salud Diabetes* forme parte de los servicios de los centros de salud y que se utilice como el plan de trabajo que piden los *Lineamientos de Operación*.

*Meta Salud Diabetes* es un programa educativo de 13 semanas para reducir el riesgo de desarrollar enfermedades cardiovasculares en adultos con diabetes. De 2015 a 2020 investigamos cómo el programa podría ayudar a mejorar la alimentación, la actividad física y el bienestar emocional de las personas para disminuir algunos factores de riesgo; encontramos que *Meta Salud Diabetes* reduce el riesgo cardiovascular y el estrés asociado con la diabetes.

Nos reunimos en varias ocasiones con el personal que implementó el programa en 12 Grupos de Ayuda Mutua (GAM), para explorar por qué programas como *Meta Salud Diabetes* no forman parte de los servicios permanentes que ofrecen los centros de salud de la Secretaría de Salud, a pesar de que su estructura y contenido puede servir como el plan educativo que se indica en los *Lineamientos de Operación* de los GAM.<sup>1, 2</sup>

Observamos que existe un desfase entre las necesidades a nivel comunitario y los requerimientos institucionales y federales. Las siguientes recomendaciones recuperan las voces del personal encargado de los GAM y buscan aportar propuestas que permitan cerrar la brecha existente entre las condiciones de operación de los centros de salud y GAM y las políticas públicas.

### 1. *Cambiar los criterios de evaluación de los GAM*

#### *Menos formatos y más reflexión*

---

Los formatos de evaluación incluidos en los *Lineamientos* consisten en el registro de medidas antropométricas, disipando la oportunidad de incidir en los cambios de alimentación, actividad física y bienestar emocional requeridas en las personas con enfermedades crónicas.

*Recomendación:* Las actividades de *Meta Salud Diabetes* están diseñadas para fomentar el cambio de comportamiento por medio de la reflexión y la toma de consciencia de la situación de salud de cada persona. Se consideran los factores externos y las recaídas que pueden obstaculizar la adopción de hábitos saludables. Los materiales incluyen hojas de monitoreo para medir y observar cambios en la alimentación, la actividad física y el bienestar emocional.<sup>3</sup>

#### *Reclutar a personas no controladas*

---

Para que los GAM no pierdan la acreditación, se limitan a mantener a personas controladas durante años y no se fomentan incentivos para reclutar a quienes no están controladas y que podrían beneficiarse de programas de educación en salud. Cuando se pierde la continuidad de las actividades o no se cumple con uno de los criterios establecidos, el grupo tiene que reiniciar toda la secuencia de procesos para mantener la acreditación y esto resulta poco motivante para las personas.

*Recomendación:* En lugar de buscar la acreditación de los GAM con base en mediciones antropométricas y bioquímicas como plantean los *Lineamientos* (p. 42), sugerimos utilizar metodologías que promuevan el cambio de comportamiento a través del monitoreo médico y el monitoreo de hábitos. *Meta Salud Diabetes* se desarrolló con base en el modelo transteorético de cambio de comportamiento, la salutogénesis, el enfoque en la promoción de la salud e incluyó una metodología participativa que motiva el cambio de comportamiento y fomenta el empoderamiento tanto del equipo de promoción, como de las personas que participan en el programa.

#### *Hacer actividades de autoevaluación para las y los participantes del GAM*

---

Las evaluaciones que se proponen en los *Lineamientos* resultan insuficientes para contribuir a la sensibilización de las y los pacientes sobre su condición de salud, y no les motiva a que se hagan responsables de su salud ni que se sientan capaces de gestionar mejoras en su entorno.

*Recomendación:* En la evaluación se recomienda tomar en cuenta factores comunitarios, institucionales y de política pública que afectan el cambio de comportamiento de las personas, como la falta de infraestructura y seguridad para hacer actividad física, el efecto de la publicidad en el consumo de bebidas azucaradas y comida chatarra, la falta de alimentos saludables a precios accesibles, los vacíos en los programas de salud que afecta el acceso a servicios y medicamentos, entre muchos otros.

## 2. Supervisar, acompañar y evaluar a las encargadas de GAM

### Considerar el perfil profesional

---

Los *Lineamientos* no especifican el perfil que debe tener la persona encargada del GAM, pero en la práctica observamos que existe un sesgo en designar a personal médico o de enfermería y pocas veces cuentan con el apoyo de otras áreas.

*Recomendación:* Contar con un equipo interdisciplinario para atender las diversas necesidades de salud de la población, tomando en cuenta su perfil profesional y su carga de trabajo, así como la falta de materiales y de capacitación para realizar actividades de educación para la salud. Designar a personal médico o de enfermería como responsable de GAM, reduce las acciones de prevención a aspectos únicamente biomédicos y que no tomen en cuenta los contextos y los determinantes sociales de la salud de las y los pacientes.

### Otorgar supervisión y acompañamiento

---

No hay una supervisión sistemática y consistente que retroalimente el trabajo que realizan las encargadas en los GAM.

*Recomendación:* Designar a una persona que supervise y acompañe en las actividades del GAM. Algunas tareas de acompañamiento pueden incluir: fomentar una comunicación constante entre las personas responsables de los programas para apoyar y complementar sus actividades, y al mismo tiempo promover que trabajen en una misma línea preventiva; compartir el plan de trabajo del GAM con todo el personal de los centros de salud para que apoyen tareas específicas; respetar el tiempo y el espacio en los que sesiona el GAM y visibilizar el trabajo que realizan las encargadas.

### Hacer actividades de autoevaluación

---

Los formatos de evaluación de los *Lineamientos* no aportan elementos para la revisión crítica del desempeño del personal encargado del GAM. Por ejemplo, no pueden autoevaluar ni reflexionar acerca del manejo del grupo, ni de lo que pueden hacer para mejorar o mantener la logística de la sesión.

*Recomendación:* Incluir formatos de autoevaluación con preguntas que permitan profundizar y revisar qué implica la preparación, el desarrollo y el seguimiento de las sesiones del GAM. Idealmente, estos formatos deben tomar en cuenta las necesidades específicas del personal de salud y de la población que atienden, así como las jerarquías y las limitaciones institucionales que obstaculizan la gestión de apoyos para las acciones de promoción de la salud. *Meta Salud Diabetes* incluye recomendaciones y preguntas de autoevaluación para las personas que facilitan el programa.<sup>4</sup>

### 3. Capacitar en técnicas de educación para la salud

Identificamos la necesidad de que todo el personal de salud reciba capacitación continua en técnicas educativas con un enfoque interdisciplinario y de promoción de la salud, ya que los *Lineamientos* no profundizan ni describen las técnicas didácticas que debe incluir el plan educativo del GAM (p. 25).

*Recomendación:* Capacitar al personal de salud, en especial a las encargadas GAM, en el uso de técnicas didácticas. La formación del personal de salud debe incluir temas de promoción que vayan más allá del nivel individual e incorpore una perspectiva desde la salutogénesis, el género, el modelo socioecológico y la educación popular. Los *Lineamientos* recomiendan utilizar técnicas proactivas como juegos, sociodramas y expresiones creativas, pero no presentan la metodología específica que requiere la aplicación de esas técnicas. En las reuniones de retroalimentación, el personal de salud expresó la utilidad de aprender haciendo, lo que supone privilegiar contenidos prácticos y actividades de reflexión grupal.

El Manual y el Cuaderno de Trabajo de *Meta Salud Diabetes* se encuentran disponibles en para consulta y descarga en: [www.colson.edu.mx/metasaluddiabetes](http://www.colson.edu.mx/metasaluddiabetes)

*Para más información acerca del proyecto de investigación contactar a:*

Dra. Catalina A. Denman  
Centro de Estudios en Salud y Sociedad  
El Colegio de Sonora  
Tel: (662) 259 5300, ext. 2223  
[cdenman@colson.edu.mx](mailto:cdenman@colson.edu.mx)

Dra. María del Carmen Castro Vásquez  
Centro de Estudios en Salud y Sociedad  
El Colegio de Sonora  
Tel: (662) 259 5300, ext. 2222  
[ccastro@colson.edu.mx](mailto:ccastro@colson.edu.mx)

#### Referencias

1. Secretaría de Salud. (2019). *Lineamientos de Operación 2017. Grupos de Ayuda Mutua en Enfermedades Crónicas*. Ciudad de México: Secretaría de Salud.
2. Secretaría de Salud. (2019). *Lineamientos de operación de Grupos de Ayuda Mutua 2019*. Ciudad de México: Secretaría de Salud.
3. Centro de Promoción de la Salud del Norte de México. (2018). *Meta Salud Diabetes. Cuaderno de Trabajo para Participantes*. Hermosillo: El Colegio de Sonora, Universidad de Arizona.
4. Centro de Promoción de la Salud del Norte de México. (2018). *Meta Salud Diabetes. Manual para Promotoras y Promotores*. Hermosillo: El Colegio de Sonora, Universidad de Arizona.

La investigación reportada en este material de divulgación fue financiada por el Instituto Nacional del Corazón, los Pulmones y la Sangre de los Estados Unidos de América (R01HL125996). El contenido es responsabilidad de las autoras y no representa la postura oficial de los Institutos Nacionales de Salud, ni de la Secretaría de Salud