



Gobierno de
México

Salud
Secretaría de Salud

Salud Metabólica en Equilibrio para una vida saludable

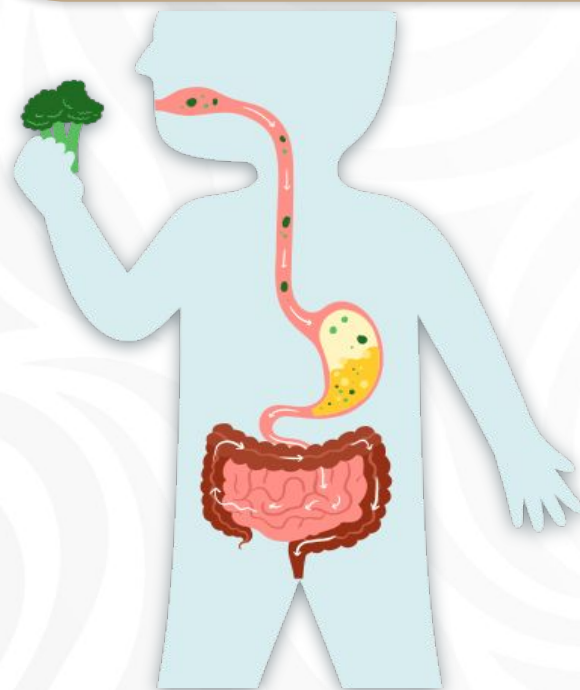
17 JUNIO 2025



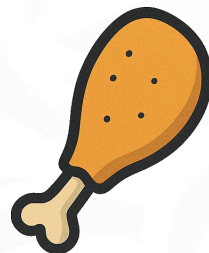
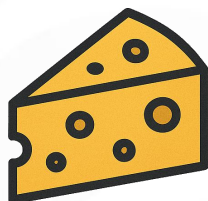
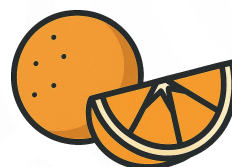
2025
Año de
La Mujer
Indígena

Salud Metabólica

Es el buen funcionamiento de todos los procesos que nuestro cuerpo realiza **para transformar el azúcar, las grasas y las proteínas en energía.**



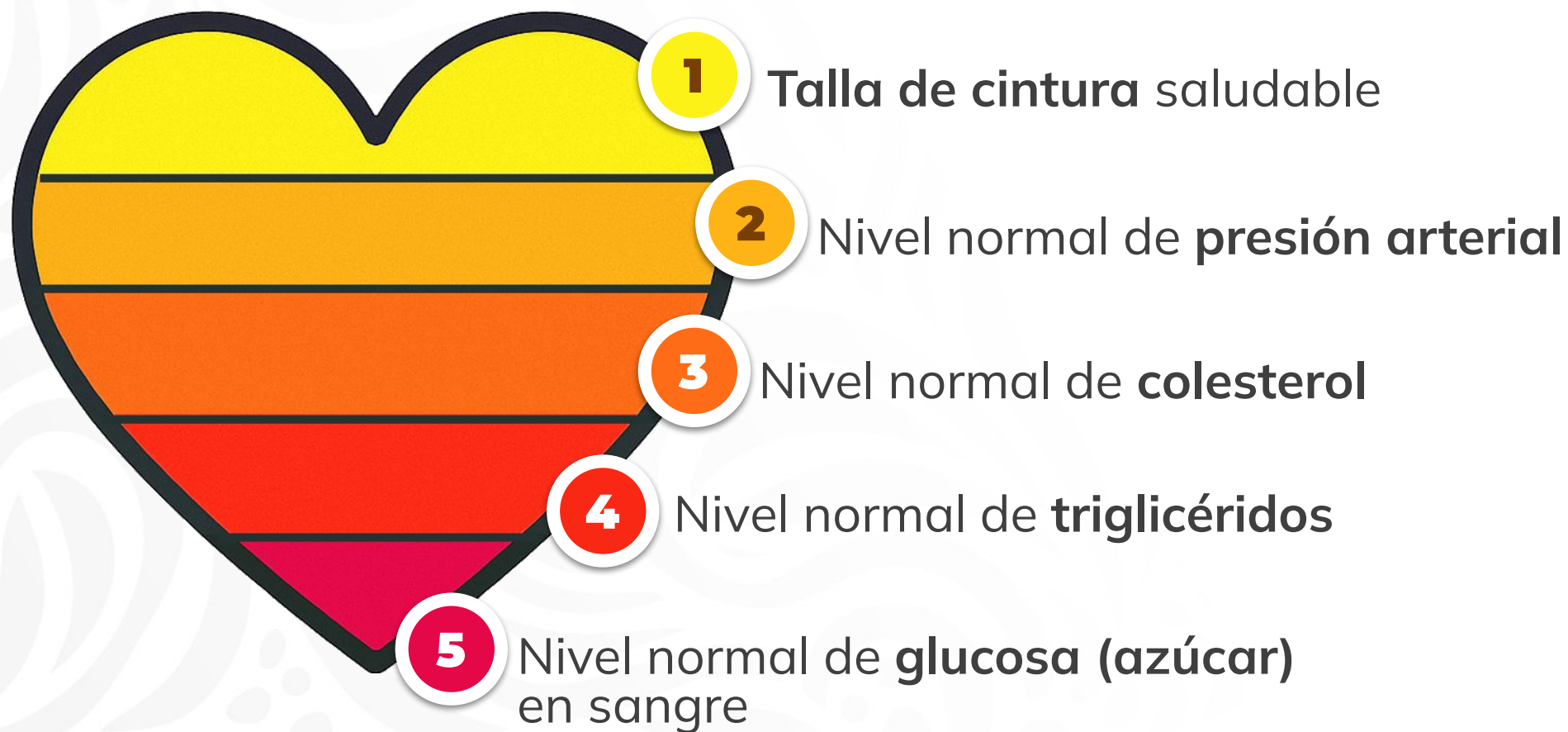
**Aprovechar los
alimentos**



En equilibrio

La Salud Metabólica

Es la combinación de cinco factores:



¿Qué daña la salud metabólica?



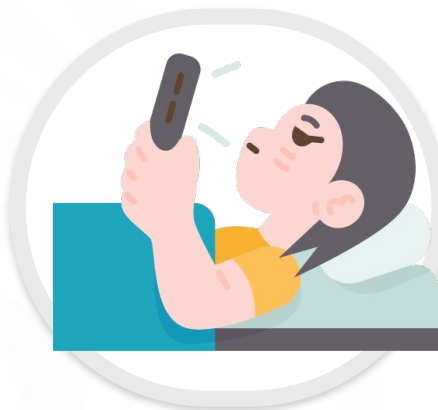
Comer en exceso
**alimentos
ultraprocesados**



No realizar
actividad física



Consumir mucha
**azúcar y harinas
refinadas**



**Dormir
mal**

¿Cuales son los beneficios de cuidar la salud metabólica?

**Tener una dieta
saludable**



**Hacer ejercicio
regularmente**



**Mejora tu energía y
estado de ánimo**

**Aumenta tus defensas
y tu resistencia a
enfermedades**

Alarga la vida con calidad

**Previenes diabetes, presión alta y
colesterol alto y otras complicaciones**



**Se mantiene tu peso en
un rango saludable,
previniendo obesidad**



Gobierno de
México

Salud
Secretaría de Salud

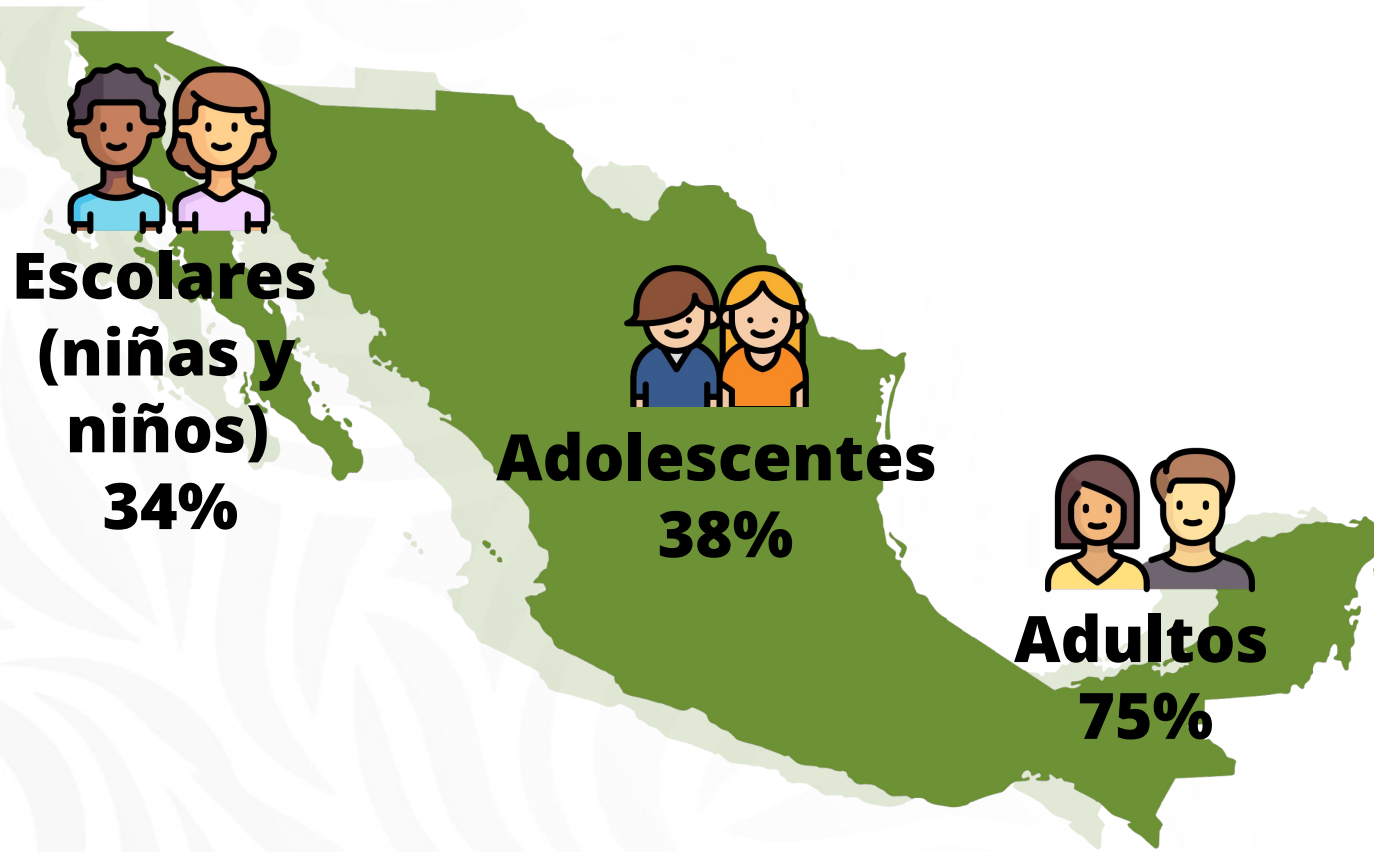
3 X MI SALUD

**Una respuesta urgente y coordinada frente
al sobrepeso y la obesidad en México**



2025
Año de
La Mujer
Indígena

Sobrepeso y obesidad en México



- Diabetes
- Hipertensión
- Enfermedades del corazón



Componentes estratégicos

- Educación nutricional
- Promoción de actividad física
- Transformación de entornos alimentarios
- Campañas digitales e impresas

Unión social e intergubernamental



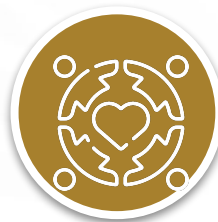
Indicadores de éxito



**Número de
instituciones
adheridas**



**Acciones
educativas
implementadas**



**Entornos
escolares/laborales
transformados**



**Reducción en
el consumo de
productos con
sellos**



Gobierno de
México



ISSSTE

INSTITUTO DE SEGURIDAD
Y SERVICIOS SOCIALES DE LOS
TRABAJADORES DEL ESTADO

Avances en la realización del programa “La clínica es nuestra”

17 de junio de 2025



2025
Año de
**La Mujer
Indígena**

Monto total de la inversión

331 millones de pesos

Destino de la inversión

Realización de trabajos de reparación y remodelación, así como adquisición de mobiliario y equipamiento médico en

562 Unidades Médicas de Primer Nivel del ISSSTE



Clínica de Medicina Familiar Heroica, Veracruz

Destino de la inversión

Climatización en área de farmacia,
impresoras en todos los consultorios,
equipo médico de gerontología, material
dental, ampliación y remodelación del aula y
refrigerador para farmacia

Monto asignado: **\$1,100,000.00**



2025
Año de
La Mujer
Indígena



Antes



Después

Clínica Hospital
San José del Cabo
Los Cabos, Baja California Sur

Destino de la inversión

Adquisición de sillas de rueda de uso rudo y de material de reparaciones

Monto asignado: \$925,000.00



2025
Año de
La Mujer
Indígena

Reparados

Adquiridas



Unidad de Medicina Familiar Todos Santos

La Paz, Baja California Sur

Destino de la inversión
Reparaciones de la jardinera y
adquisición de equipo diverso

Monto asignado: \$370,000.00



2025
Año de
La Mujer
Indígena

Antes



Después

Clínica de Medicina Familiar

5 de febrero

Cuauhtémoc, Ciudad de México

Destino de la inversión

**Autorrefractómetro,
Electrocardiógrafo y
microscopio binocular**

Monto asignado: \$1,100,000.00



2025
Año de
La Mujer
Indígena



Clínica de Medicina Familiar Guerrero

Cuauhtémoc, Ciudad de México

Destino de la inversión

Corrección de la instalación hidrosanitaria.
Compra de refrigeradores para laboratorio
y farmacia, corrección del piso y
adquisición de diverso equipamiento
médico

Monto asignado: **\$1,100,000.00**



2025
Año de
La Mujer
Indígena



Clínica de Medicina Familiar Juárez

Cuauhtémoc, Ciudad de México

Destino de la inversión

Adaptación de rampa en el aula
de la clínica,

Adquisición de autoclave
odontológica,

Desazolve de drenaje y cambio de
tubería

Monto asignado: **\$1,100,000.00**



2025
Año de
La Mujer
Indígena

Antes



Después



Antes



Después



Antes



Después



CMF JUÁREZ

Clínica de Medicina Familiar Santa María

Cuauhtémoc, Ciudad de México

Destino de la inversión

Remodelación y reparación
de sanitarios, mingitorios e
instalación hidrosanitaria de
toda la clínica

Monto asignado: **\$1,100,000.00**



2025
Año de
La Mujer
Indígena



Clínica de Medicina Familiar División del Norte

Benito Juárez, Ciudad de México

Destino de la inversión

Ampliación de consultorios, instalación del sistema de videovigilancia y reparación del piso del aula de capacitación y de los baños para pacientes

Monto asignado: **\$1,100,000.00**



2025
Año de
La Mujer
Indígena

Antes



Después

Clínica de Medicina Familiar Ignacio Chávez

Coyoacán, Ciudad de México

Destino de la inversión
Compra de equipo de
odontología, refrigerador y
básculas, así como cambio
de piso

Monto asignado: **\$1,100,000.00**

Antes



Después



2025
Año de
La Mujer
Indígena

Clínica de Medicina Familiar Narvarte

Benito Juárez, Ciudad de México

Unidades dentales
adquiridas, en proceso de
instalación

Destino de la inversión Adquisición de unidades dentales y autoclave dental

Monto asignado: **\$1,100,000.00**



2025
Año de
La Mujer
Indígena

