

SEMINARIO EXTRAORDINARIO

Cuidando nuestra salud: promoción y prevención

Resumen

En este seminario se presentarán programas enfocados en la promoción, prevención y cuidado integral de la salud. A través de tres proyectos se abordarán los siguientes temas:



Salud mental

Importancia del bienestar emocional y estrategias para su cuidado.



Estilos de vida saludables

Hábitos y prácticas que favorecen una vida sana.



Detección de factores de riesgo

Identificación temprana de riesgos y su prevención.

También se busca fomentar el autocuidado, fortalecer hábitos saludables y contribuir al bienestar físico y emocional de nuestra comunidad.



Miércoles
07 de octubre de 2026



13:00 h



**Auditorio
del Departamento
de Física**



Presentan:

PSS. Aguilar Ruiz Yojana Gisela.
PSS. Bustamante Gareliz Cesar Gerardo.
PSS. Galvis López Monserrat Sarahi.

¡Te esperamos!

CULTUREST

¡YA!