



Mi Universidad

Infografía

Nombre del Alumno: Genesis Alyed Hernandez Martinez

Nombre del tema: Salud mental

Parcial: 4

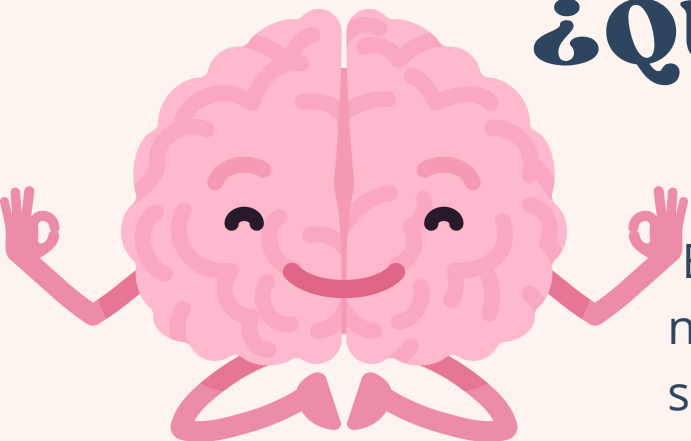
Nombre de la Materia: Salud pública

Nombre del profesor: Malleli Yazmin Laparra Lopez

Nombre de la Licenciatura: Medicina Humana

Semestre: I

¿QUÉ ES LA SALUD MENTAL?



Es un estado de equilibrio, bienestar de nuestro ser emocional, psicológico y social.

¿POR QUÉ ES IMPORTANTE LA SALUD MENTAL?

Un buen estado de salud mental mejora la calidad de vida



"CUIDAR TU MENTE ES UNA INVERSIÓN EN TU BIENESTAR."

¿CÓMO CUIDAR TU SALUD MENTAL?



¿SINTOMAS DE ALERTA!



FACTORES QUE AFECTAN LA SALUD MENTAL:



BIBLIOGRAFÍA

Cómo cuidar tu salud mental. (s/f). Unicef.org. Recuperado el 17 de diciembre de 2023, de <https://www.unicef.org/mexico/c%C3%B3mo-cuidar-tu-salud-mental>

Línea, T. P. en. (2023, octubre 17). Salud mental: qué es, su importancia y cómo prevenir. Terapify. <https://www.terapify.com/blog/salud-mental-que-es-prevencion-importancia/>