

CARTELERA

Talleres – Eventos – Actividades



2025 2026



Facultad de Medicina





Facultad de Medicina



PSIQUIATRÍA Y SALUD MENTAL
FACULTAD DE MEDICINA UNAM



PROGRAMA DE
SALUD MENTAL
PARA LA COMUNIDAD
FACULTAD DE MEDICINA



2025

AGOSTO-NOVIEMBRE CARTELERA

Talleres – Eventos – Actividades

3-5

SEPTIEMBRE

FERIA DE PREVENCIÓN
DE LAS ADICCIONES

4-5

SEPTIEMBRE

FERIA DGACO

10

OCTUBRE

DÍA MUNDIAL DE CONSCIENTIZACIÓN DE LA SALUD
MENTAL Y CONVERSATORIO “SALUD MENTAL,
NUESTRO DERECHO UNIVERSAL:
CONVERSACIONES PARA EL BIENESTAR”.

ACTIVIDADES DE LA CARPA PROSAM

30-31

OCTUBRE

OFRENDA DE “SALUD MENTAL EN
CONMEMORACIÓN AL DÍA DE MUERTOS”

CAMPAÑA DE SALUD MENTAL EN EL AULA.

PARTICIPACIÓN EMOTIVA PREVIO Y POST A LOS
EXÁMENES DEPARTAMENTALES

27

AGOSTO

13:00 A 15:00 HRS.

TALLER: COMUNICACIÓN
EFECTIVA Y RESOLUCIÓN DE
CONFLICTOS: HERRAMIENTAS
PARA EL AULA Y LA CLÍNICA

Modalidad: Presencial

Tallerista: Diego Coronel

10

SEPTIEMBRE

13:00 A 15:00 HRS.

TALLER: FORMACIÓN DE
GUARDIANES PARA LA
PREVENCIÓN DEL SUICIDIO

Modalidad: Presencial

Tallerista: Diego Coronel

20

OCTUBRE

10:00 A 12:00 HRS.
14:00 A 16:00 HRS.

TALLER: HERRAMIENTAS PARA
FOMENTAR LA RESILIENCIA
DURANTE LA CARRERA.

Modalidad: Sincrónica
(Youtube Live)

11

NOVIEMBRE

10:00 A 12:00 HRS.
14:00 A 16:00 HRS.

TALLER: “ESTRATEGIAS DE
APRENDIZAJE. NO ESTUDIES
MÁS, ESTUDIA MEJOR.”

Modalidad: Presencial
(Sala 1 de terapia DPSM)

18

NOVIEMBRE

10:00 A 11:00 HRS.
14:00 A 15:00 HRS.

TALLER: “MINDFULNESS PARA
PROFESORES. TRABAJAR LA
ATENCIÓN PLENA PARA UNA
ENSEÑANZA CONSCIENTE”

Modalidad: Presencial
(Sala 1 de terapia DPSM)

TALLER PARA PROFESORES



Facultad de Medicina



2026

ENERO - MARZO

CARTELEERA

Talleres – Eventos – Actividades

PERIODO INTERSEMESTRAL

MAYO-JUNIO

12:00 HRS.

PODCAST: RECARGA TU ENERGÍA CON HIKARU UN ESPACIO PARA RESPIRAR, APRENDER Y CRECER

Emisión: Cada jueves de mayo a junio.

CAPÍTULOS DEL PODCAST:

1. Autocompasión "Hikaru" tu aliado ante la adversidad
2. Salud de la imagen corporal "reconcílate contigo"
3. Aceptación al cambio y la apertura
4. Miedo a hablar en público "¿Cómo puedo hacerlo mejor?"
5. Mi yo del futuro, ¿Una especialidad médica es el camino que todos buscamos?
6. ¿Crees que lo sabes todo del cerebro? ¿Qué nos falta por aprender? - Invitación con experto
7. Todo bien en vacaciones, ¿Qué te depara el próximo año?
8. Cápsula del tiempo, lo aprendido, lo vivido y lo que viene.

19

ENERO

9:00 A 11:00 HRS.

TALLER: "CÓMO GESTIONAR LAS EMOCIONES EN LA PRÁCTICA DOCENTE". EDUCANDO CON BALANCE

Modalidad: Sincrónica virtual (Youtube Live)

TALLER PARA PROFESORES

15

ENERO

12:00 A 14:00 HRS.
14:00 A 16:00 HRS.

TALLER: PROCRASTINACIÓN. NO LO DEJES PARA MAÑANA

Modalidad: Sincrónica virtual (Youtube Live)

11

FEBRERO

10:00 A 12:00 HRS.
14:00 A 16:00 HRS.

TALLER: ESCUCHA, HABLA Y CONECTA: "CÓMO MEJORAR LA COMUNICACIÓN CON TU PAREJA Ó CON AMIGXS"

Modalidad: Presencial (Sala 1 de terapia DPSM)

19

FEBRERO

9:00 A 11:00 HRS.

TALLER: "MANEJO DE LA RUMIA. ESTRATEGIAS PARA CUÁNDO PENSAR DE MÁS DEJA DE AYUDARTE"

Modalidad: Sincrónica virtual (Transmisión en Youtube Live)

10

MARZO

10:00 A 12:00 HRS.

TALLER: "RESISTIR LA TEMPORADA DE EXÁMENES "CREAR CAMINOS ANTE LAS DIFICULTADES"

Modalidad: Sincrónica virtual (Transmisión en Youtube Live)

20

MARZO

10:00 A 12:00 HRS.

TALLER: "APRENDE SOBRE LOS HÁBITOS DE SUEÑO: MEJORA TU DESCANSO Y POTENCIA TU APRENDIZAJE"

Modalidad: Presencial (En las letras de la FACMED) Colaboración con la Coord. de Actividades Deportivas.



Facultad de Medicina

