



SE IMPARTE CONFERENCIA SOBRE SALUD MENTAL Y FACTORES DE RIESGO

9 de mayo de 2025 TecNM/Mexicali

Estudiantes del ITM acudieron a la conferencia Salud Mental impartida por la psicóloga Beatriz Montero del Instituto de Psiquiatría del Estado de Baja California.

La especialista explicó los factores de riesgo en la salud mental de cualquier individuo, que incluye los familiares y sociales.

Entre ellos mencionó la heredabilidad y aprendizaje de trastornos de ansiedad y fobias, el duelo, maltrato físico y sexual en la infancia, escasa calidez o sobreprotección de los padres, pérdida o separación de los padres en la infancia, problemas laborales, consumo de sustancias o fármacos y eventos estresantes.

Agregó que la salud mental es un estado de bienestar en el que las personas pueden hacer frente al estrés de la vida, trabajar de forma productiva y contribuir a su comunidad de manera positiva.

La salud mental, indicó, incluye el bienestar emocional, psicológico y social, al encontrarse alterada, afecta la forma en la que pensamos, sentimos y actuamos.

Al finalizar, la médica, Martha León, entregó un diploma en reconocimiento a la conferencista y agradeció su presencia en la Feria de la Salud.