

LOS NUEVOS RETOS PSICOSOCIALES: SALUD MENTAL Y BIENESTAR EN TIEMPOS DE CAMBIO

CURSO VIRTUAL

Fecha: viernes 09, 16, 23 y 30 de octubre de 2026

Horario: De 16:00 a 17:50 hrs

Perfil de público al que va dirigido: Público interesado en el tema, público en general.

Entrada libre. Cupo limitado.

Dra. Joselyn Lugo

Directora y coordinadora de proyectos de prevención de conductas de riesgo en niños y adolescentes en la asociación CISAPSI AC.

Objetivos de aprendizaje

Analizar los principales retos psicosociales actuales como la hiperconectividad, la crisis del bienestar, la incertidumbre social y el aislamiento emocional para fortalecer estrategias personales, comunitarias e institucionales de salud mental y resiliencia.

Sesiones

Sesión 1. La nueva era de la mente: contextos que transforman la salud mental

Cómo los cambios sociales, tecnológicos y culturales recientes impactan la salud mental individual y colectiva.

Sesión 2. Hiperconectados pero solos: el impacto emocional de la era digital

Cómo la tecnología, las redes sociales y la inmediatez influyen en la identidad, la autoestima y la salud emocional.

Sesión 3. Desigualdad, violencia y salud mental: los nuevos desafíos comunitarios

Factores sociales —violencia, precariedad, discriminación, polarización— que inciden en la salud mental y la cohesión social.

Sesión 4. Resiliencia psicosocial y bienestar sostenible

Estrategias personales y colectivas de resiliencia, autocuidado y construcción de entornos más saludables y compasivos.

La participación en los cursos continúa siendo gratuita.

A partir de junio, la emisión de constancias de participación tendrá un costo de recuperación de \$50.00 MXN por constancia.

La constancia se otorgará únicamente a quienes cumplan con el 80% de asistencia

IMPORTANTE

Te invitamos a leer las siguientes políticas de funcionamiento, las cuales te ayudarán a tener una mejor estancia dentro del Centro Educativo:

1. Todas nuestras actividades son gratuitas.
2. Tu inscripción tiene fines informativos; con ella podrás recibir nuestro boletín mensual, avisos de actividades e invitaciones a eventos especiales.
3. Tu inscripción NO asegura tu lugar. Es importante conectarse con anticipación, ya que todos nuestros cursos tienen un cupo limitado de 500 asistentes.
4. Las inscripciones únicamente se realizarán a través de la plataforma Zoom. No se tramitarán inscripciones por otros medios (correo electrónico, teléfono, redes sociales o de manera presencial en el Centro).
5. La emisión de constancias de participación tendrá un costo de recuperación de \$50.00 MXN por constancia. Para obtenerla, es obligatorio cubrir el 80% de asistencia en cursos de cuatro sesiones y el 100% en cursos de tres sesiones. Las constancias se enviarán de manera digital al concluir las actividades del mes.
6. La única forma de comprobar asistencia es permanecer en la sesión por al menos 60 minutos. No podrán justificarse las asistencias mediante apuntes, fotografías o referencias de otras personas.
7. En caso de conectarse más de una persona desde el mismo dispositivo, deberán escribir directamente a centroeducativo@myt.org.mx