

Departamento de Psiquiatría y Salud Mental

CRONOGRAMA ANUAL

**PROGRAMA DE SALUD MENTAL
PARA LA COMUNIDAD DE LA
FACULTAD DE MEDICINA**



Facultad de Medicina





2024



AGOSTO CARTELETA

Talleres y Cursos Autogestivos



01-03
PRESENCIAL

TALLER: CONSTRUYE TU BIENESTAR INTEGRAL

Lugar: Aulas FACMED
Inscripción: Presencial en PROSAM
Fecha: 01 - 03 de agosto

15
AUTOGESTIVO

CURSO: APRENDIENDO A REGULAR MIS EMOCIONES

Lugar: PLATAFORMA PROSAM
Inscripción: prosam.facmed.unam.mx
Fecha: 15 de agosto

21
PRESENCIAL

ENTRENAMIENTO EN HABILIDADES: REGULACIÓN EMOCIONAL

Lugar: Departamento de Psiquiatría
Aula 1 Terapia
Inscripción: Presencial en PROSAM
Fecha: 21 de agosto

22
PRESENCIAL

ENTRENAMIENTO EN HABILIDADES: EFECTIVIDAD INTERPERSONAL

Lugar: Departamento de Psiquiatría
Aula 1 Terapia
Inscripción: Presencial en PROSAM
Fecha: 22 de agosto



Departamento de Psiquiatría y Salud Mental
Facultad de Medicina, Edificio F. Ciudad Universitaria.
Teléfono 5556-232127
<https://psiquiatria.facmed.unam.mx/>
Dudas: prosam@facmed.unam.mx

2024



SEPTIEMBRE CARTELEERA

Talleres y Cursos Autogestivos

10
EN LÍNEA

TALLER: PAP PARA PROFESORES

Lugar: YouTube Live
Inscripción: Entrada libre
Fecha: 10 de septiembre

13,17
AUTOGESTIVO

CURSO: CENTINELAS PARA LA PREVENCIÓN DEL SUICIDIO

Lugar: PLATAFORMA PROSAM
Inscripción:
<https://centinelas.facmed.unam.mx/>
Fecha: 13, 17 de septiembre

18
PRESENCIAL
11.30, 13:30 HRS.

CAPACITACIÓN: PROMOTORES DE LA SALUD MENTAL DENTRO DEL AULA

Lugar: Departamento de
Psiquiatría Aula 3
Fecha: 18 de septiembre

Inscripción: <https://prosam.facmed.unam.mx/eventos/>

24
PRESENCIAL
9:00 A 11:00 HRS.

TALLER: FORMACIÓN DE GUARDIANES PARA LA PREVENCIÓN DE SUICIDIO

Lugar: Auditorio
"Dr. Fernando Ocaranza"
Fecha: 24 de septiembre

Inscripción: <https://prosam.facmed.unam.mx/eventos/>

25

CAMPAÑA DE PROMOCIÓN EN SALUD MENTAL DENTRO DEL AULA

Lugar: Aulas FACMED



Departamento de Psiquiatría y Salud Mental
Facultad de Medicina, Edificio F. Ciudad Universitaria.
Teléfono 5556-232127
<https://psiquiatria.facmed.unam.mx/>
Dudas: prosam@facmed.unam.mx

2024



OCTUBRE CARTELEERA

Talleres y Cursos Autogestivos

7,14,21

PRESENCIAL
13:00 A 14:00HRS.

Inscripción: <https://prosam.facmed.unam.mx/eventos/>

TALLER: ¿CÓMO MEJORAR MI COMUNICACIÓN EN PAREJA?

Lugar:
Departamento de Psiquiatría
Sala 1 de terapia
Fecha: 7, 14, 21 de octubre

9,16 y 23

PRESENCIAL
14:00 A 16:00 HRS.

ENTRENAMIENTO EN HABILIDADES: ATENCIÓN PLENA

Lugar:
Departamento de Psiquiatría
Sala 1 de terapia
Inscripción: Presencial en PROSAM
Fecha: 9, 16 y 23 de octubre

10,15 y 17

PRESENCIAL
14:00 A 15:00 HRS.

Inscripción: <https://prosam.facmed.unam.mx/eventos/>

TALLER: LOGRA EL BALANCE AUTOEXIGENCIA VS INDULGENCIA

Lugar:
Departamento de Psiquiatría
Sala 1 de terapia
Fecha: 10, 15 y 17 de octubre

10,17,24,31

PRESENCIAL
15:00 A 17:00 HRS.

ENTRENAMIENTO EN HABILIDADES: TOLERANCIA AL MALESTAR

Lugar:
Departamento de Psiquiatría
Sala 1 de terapia
Inscripción: Presencial en PROSAM
Fecha: 10, 17, 24, 31 de octubre

11,25

AUTOGESTIVO

Inscripción: <https://centinelas.facmed.unam.mx/>

CURSO: CENTINELAS PARA LA PREVENCIÓN DEL SUICIDIO

Lugar: PLATAFORMA PROSAM
Fecha: 11, 25 de septiembre

16

PRESENCIAL
14:00 A 16:00 HRS.

Inscripción: <https://prosam.facmed.unam.mx/eventos/>

TALLER: MINDFULNESS PARA AFRONTAR EL RETO EN MEDICINA

Lugar:
Departamento de Psiquiatría
Sala 2 de terapia
Fecha: 16 de octubre

Durante el mes

CAMPAÑA DE PROMOCIÓN EN SALUD MENTAL DENTRO DEL AULA

Lugar: Aulas FACMED



Departamento de Psiquiatría y Salud Mental
Facultad de Medicina, Edificio F. Ciudad Universitaria.
Teléfono 5556-232127
<https://psiquiatria.facmed.unam.mx/>
Dudas: prosam@facmed.unam.mx

Elaborado:
Dr. Diego Armando Coronel Mazo, MPSS Grecia Pérez Cruz

2024



NOVIEMBRE CARTELEERA

Talleres y Cursos Autogestivos

8 y 22
AUTOGESTIVO

CURSO: CENTINELAS PARA LA PREVENCIÓN DEL SUICIDIO

Lugar: PLATAFORMA PROSAM
Inscripción: <https://centinelas.facmed.unam.mx/>
Fecha: 8 y 22 de noviembre

22
PRESENCIAL

FERIA DEL BIENESTAR INTEGRAL "LOGRA TU META"

Lugar: Explanada de la Facultad de Medicina
Fecha: 22 de noviembre

Inscripción: <https://prosam.facmed.unam.mx/eventos/>

11,19
PRESENCIAL DE 13:00 A 14:00 HRS.

TALLER PSICOLOGÍA DE LA ALIMENTACIÓN: LLEGAR A LA MEJOR VERSIÓN DE MI CUERPO

Lugar: Departamento de Psiquiatría
Sala 1 de Terapia
Inscripción: <https://prosam.facmed.unam.mx/eventos/>
Fecha: 11, 19 de noviembre

21,26,28
PRESENCIAL DE 13:00 A 15:00 HRS.

TALLER PARA DISMINUIR LA RUMIACIÓN "MENTES EN ARMONÍA"

Lugar: Departamento de Psiquiatría
Sala 1 de Terapia
Inscripción: <https://prosam.facmed.unam.mx/eventos/>
Fecha: 21, 26, 28 de noviembre



Departamento de Psiquiatría y Salud Mental
Facultad de Medicina, Edificio F. Ciudad Universitaria.
Teléfono 5556-232127
<https://psiquiatria.facmed.unam.mx/>
Dudas: prosam@facmed.unam.mx

2024



DICIEMBRE CARTELEERA

Talleres y Cursos Autogestivos

01
AUTOGESTIVO

CURSO : CENTINELAS PARA LA PREVENCIÓN DEL SUICIDIO

Lugar: Plataforma PROSAM
Inscripción:
<https://centinelas.facmed.unam.mx/>
Fecha: 01 de diciembre

10,11 y 13

PRESENCIAL

14:00, 15:30 HRS.

TALLER: SALUD MENTAL DE LA IMAGEN CORPORAL "AMA CADA PARTE DE TI"

Lugar: Departamento de
Psiquiatría Sala 1 de terapia
Fecha: 10, 11 y 13 de diciembre

Inscripción: <https://prosam.facmed.unam.mx/eventos/>

09 y 13

PRESENCIAL

TALLER: FORMACIÓN DE GUARDIANES PARA LA PREVENCIÓN DE SUICIDIO

Lugar: Explanada de la
Facultad de Medicina
Fecha: 09 - 13 de diciembre

Inscripción: <https://prosam.facmed.unam.mx/eventos/>



Departamento de Psiquiatría y Salud Mental
Facultad de Medicina, Edificio F. Ciudad Universitaria.
Teléfono 5556-232127
<https://psiquiatria.facmed.unam.mx/>
Dudas: prosam@facmed.unam.mx

2025



ENERO CARTELEERA

Talleres y Cursos Autogestivos

03,15
AUTOGESTIVO

CURSO: CENTINELAS PARA LA PREVENCIÓN DEL SUICIDIO

Lugar: Plataforma PROSAM
Inscripción:
<https://centinelas.facmed.unam.mx/>
Fecha: 03, 15 de enero

10,17,24,31
PRESENCIAL DE 13:00 A 14:00 HRS.

TALLER: ¿CÓMO AUMENTAR MI AUTOESTIMA?

Lugar: Departamento de Psiquiatría
Sala 1 de Terapia
Inscripción:
<https://prosam.facmed.unam.mx/eventos/>
Fecha: 10,17,24,31 de enero

28,29 y 30
PRESENCIAL
14:00 A 15:30 HRS.

TALLER: FORTALECE TUS REDES DE APOYO

Lugar: Explanada de la Facultad de Medicina
Fecha: 28, 29 y 30 de enero

Inscripción: <https://prosam.facmed.unam.mx/eventos/>

22
AUTOGESTIVO

TALLER: ACTÍVATE CONTRA LA DEPRESIÓN

Lugar: Plataforma PROSAM
Inscripción:
<https://prosam.facmed.unam.mx/>
Fecha: 22 de enero

22
EN LÍNEA
13:00 A 14:00 HRS.

KIT DE HERRAMIENTAS PARA ENFRENTAR EL AMBIENTE MÉDICO

Lugar: Plataforma PROSAM
Inscripción:
<https://prosam.facmed.unam.mx/>
Fecha: 22 de enero



Departamento de Psiquiatría y Salud Mental
Facultad de Medicina, Edificio F. Ciudad Universitaria.
Teléfono 5556-232127
<https://psiquiatria.facmed.unam.mx/>
Dudas: prosam@facmed.unam.mx

2025



FEBRERO CARTELETA

Talleres y Cursos Autogestivos

03,17
AUTOGESTIVO

**CURSO : CENTINELAS
PARA LA PREVENCIÓN
DEL SUICIDIO**

Lugar: Plataforma PROSAM
Fecha: 03, 17 de febrero

Inscripción: <https://prosam.facmed.unam.mx/registro/>

11,18 y 25

PRESENCIAL
10:00 A 12:00 HRS.

**TALLER: PROCRASTINACIÓN,
NO LO DEJES PARA MAÑANA**

Lugar:
Departamento de Psiquiatría
Sala 1 de terapia
Fecha: 11, 18 Y 25 de febrero

Inscripción: <https://prosam.facmed.unam.mx/eventos/>

06,13,20
PRESENCIAL
13:00 A 14:00 HRS.

**TALLER: ¿CÓMO MEJORAR
LA COMUNICACIÓN EN
PAREJA?**

Lugar:
Departamento de Psiquiatría
Sala 1 de terapia
Fecha: 06, 13, 20 de febrero

Inscripción: <https://prosam.facmed.unam.mx/eventos/>

12,19 y 26

PRESENCIAL
14:00 A 16:00 HRS.

**ENTRENAMIENTO EN
HABILIDADES: EFECTIVIDAD
INTERPERSONAL**

Lugar:
Departamento de Psiquiatría
Sala 1 de terapia
Inscripción: Presencial en PROSAM
Fecha: 12, 19 y 26 de febrero

14
PRESENCIAL
14:00 A 16:00 HRS.

**TALLER: SE EFECTIVO EN TUS
RELACIONES**

Lugar:
Departamento de Psiquiatría
Sala 1 de terapia
Fecha: 14 de febrero

Inscripción: <https://prosam.facmed.unam.mx/eventos/>

13,20 y 27

PRESENCIAL
14:00 A 16:00 HRS.

**ENTRENAMIENTO EN
HABILIDADES: REGULACIÓN
EMOCIONAL**

Lugar:
Departamento de Psiquiatría
Sala 1 de terapia
Inscripción: Presencial en PROSAM
Fecha: 13, 20 y 27 de febrero

24 AUTOGESTIVO

**TALLER: ESTRATEGIAS DE APRENDIZAJE,
¡SALVEMOS EL SEMESTRE!**

Lugar: Plataforma PROSAM

Inscripción: <https://prosam.facmed.unam.mx/registro/>



Departamento de Psiquiatría y Salud Mental
Facultad de Medicina, Edificio F. Ciudad Universitaria.
Teléfono 5556-232127
<https://psiquiatria.facmed.unam.mx/>
Dudas: prosam@facmed.unam.mx

2025



MARZO CARTELEERA

Talleres y Cursos Autogestivos

<p>03,17 AUTOGESTIVO</p>	<p>CURSO : CENTINELAS PARA LA PREVENCIÓN DEL SUICIDIO Lugar: Plataforma PROSAM Fecha: 03, 17 de marzo</p> <p>https://prosam.facmed.unam.mx/registro/</p>	<p>05 PRESENCIAL 14:00 A 16:00 HRS.</p>	<p>ENTRENAMIENTO EN HABILIDADES: EFECTIVIDAD INTERPERSONAL Lugar: Departamento de Psiquiatría Sala 1 de terapia Inscripción: Presencial en PROSAM Fecha: 05 de marzo</p>
<p>04 PRESENCIAL 10:00 A 12:00 HRS.</p>	<p>TALLER: PROCRASTINACIÓN, NO LO DEJES PARA MAÑANA Lugar: Departamento de Psiquiatría Sala 1 de terapia Inscripción: Presencial en PROSAM Fecha: 04 de marzo</p>	<p>12,19 y 26 PRESENCIAL 14:00 A 16:00 HRS.</p>	<p>ENTRENAMIENTO EN HABILIDADES: TOLERANCIA AL MALESTAR Lugar: Departamento de Psiquiatría Sala 1 de terapia Inscripción: Presencial en PROSAM Fecha: 12, 19 y 26 de marzo</p>
<p>5,12,19 y 26 PRESENCIAL 10:00 A 12:00 HRS.</p>	<p>ESTRATEGIAS DE APRENDIZAJE, ¡SALVEMOS EL SEMESTRE! Lugar: Departamento de Psiquiatría Sala 1 de terapia Inscripción: Presencial en PROSAM Fecha: 05, 12, 19 y 26 de marzo</p>	<p>13,20 y 27 PRESENCIAL 14:00 A 16:00 HRS.</p>	<p>ENTRENAMIENTO EN HABILIDADES: ATENCIÓN PLENA Lugar: Departamento de Psiquiatría Sala 1 de terapia Inscripción: Presencial en PROSAM Fecha: 13, 20 y 27 de marzo</p>
<p>20 EN LÍNEA 10:00 A 12:00 HRS.</p>		<p>TALLER: MEJORA TUS HÁBITOS DEL SUEÑO Lugar: Virtual Inscripción: https://prosam.facmed.unam.mx/eventos/ Fecha: 20 de marzo</p>	
<p>Durante el mes</p>		<p>CAMPAÑA DE PROMOCIÓN EN SALUD MENTAL DENTRO DEL AULA 2A ED. Lugar: Aulas FACMED</p>	



Departamento de Psiquiatría y Salud Mental
Facultad de Medicina, Edificio F. Ciudad Universitaria.
Teléfono 5556-232127
<https://psiquiatria.facmed.unam.mx/>
Dudas: prosam@facmed.unam.mx

Elaborado:
Dr. Diego Armando Coronel Mazo, MPSS Grecia Pérez Cruz

2025



ABRIL CARTELEERA

Talleres y Cursos Autogestivos

01,15 AUTOGESTIVO

CURSO: CENTINELAS PARA LA PREVENCIÓN DEL SUICIDIO

Lugar: Plataforma PROSAM

Inscripción:

<https://centinelas.facmed.unam.mx/>

Fecha: 01, 15 de abril

02

EN LÍNEA

10:00 A 12:00 HRS.

CAPACITACIÓN PARA PROFESORES, HABLEMOS DE NEURODIVERGENCIAS

Lugar: YouTube Live

Inscripción: Entrada libre

Fecha: 02 de abril

15,16 y 17

PRESENCIAL

14:00 A 15:30 HRS.

TALLER: SOLUCIÓN DE PROBLEMAS "CREA CAMINOS ANTE LAS DIFICULTADES"

Lugar:

Departamento de Psiquiatría

Sala 1 de terapia

Fecha: 15, 16 y 17 de abril

Inscripción: <https://prosam.facmed.unam.mx/eventos/>

07

PRESENCIAL

12:00 A 14:00 HRS.

ACTIVIDAD AL AIRE LIBRE: PARA, OBSERVA Y PROSIGUE

Lugar:

Departamento de Psiquiatría

Sala 1 de terapia

Inscripción: Entrada libre

Fecha: 07 de abril

10, 17 y 24

EN LÍNEA

11:00 A 12:00 HRS.

TALLER: ¿CÓMO AUMENTAR MI AUTOESTIMA?

Lugar:

Departamento de Psiquiatría

Sala 1 de terapia

Fecha: 10, 17 y 24 de abril

Inscripción: <https://prosam.facmed.unam.mx/eventos/>



Departamento de Psiquiatría y Salud Mental
Facultad de Medicina, Edificio F. Ciudad Universitaria.
Teléfono 5556-232127
<https://psiquiatria.facmed.unam.mx/>
Dudas: prosam@facmed.unam.mx

Elaborado:
Dr. Diego Armando Coronel Mazo, MPSS Grecia Pérez Cruz

2025



MAYO

CARTELEERA

Talleres y Cursos Autogestivos

5 y 19

AUTOGESTIVO

CURSO: CENTINELAS PARA LA PREVENCIÓN DEL SUICIDIO

Lugar: PLATAFORMA PROSAM
Inscripción:
<https://centinelas.facmed.unam.mx/>
Fecha: 05 y 19 de mayo

7 y 8

PRESENCIAL

13:00 A 14:30 HRS..

TALLER: AUTOCOMPASIÓN "HIKARU TU ALIADO ANTE LA ADVERSIDAD"

Lugar:
Departamento de Psiquiatría
Sala 1 de Terapia
Fecha: 07 y 08 de mayo

Inscripción: <https://prosam.facmed.unam.mx/eventos/>

20

EN LÍNEA

10:00 A 12:00 HRS.

CAPACITACIÓN PARA PROFESORES: HERRAMIENTAS DE CONVIVENCIA POSITIVA DENTRO DEL AULA

Lugar: YouTube Live
Inscripción: Entrada libre
Fecha: 20 de mayo

06 y 13

PRESENCIAL

11:00 A 12:00 HRS.

LLEVARME BIEN CON LA ANSIEDAD ¿ES POSIBLE?

Lugar: Por definir
Inscripción:
<https://prosam.facmed.unam.mx/eventos/>
Fecha: 06 y 13 de mayo



Departamento de Psiquiatría y Salud Mental
Facultad de Medicina, Edificio F. Ciudad Universitaria.
Teléfono 5556-232127
<https://psiquiatria.facmed.unam.mx/>
Dudas: prosam@facmed.unam.mx

2025



JUNIO CARTELEERA

Talleres y Cursos Autogestivos

02, 16
AUTOGESTIVO

CURSO : CENTINELAS PARA LA PREVENCIÓN DEL SUICIDIO

Lugar: Plataforma PROSAM

Inscripción:

<https://centinelas.facmed.unam.mx/>

Fecha: 02 y 16 de junio

10,11 y 12

PRESENCIAL

12:00, 13:00 HRS.

TALLER: SALUD DE LA IMAGEN CORPORAL "RECONCILIATE CONTIGO"

Lugar: Departamento de
Psiquiatría Sala 1 de terapia

Fecha: 10, 11 y 12 de junio

Inscripción: <https://prosam.facmed.unam.mx/eventos/>

23,24 y 25

PRESENCIAL

11:00, 13:00 HRS.

TALLER: ACEPTACIÓN AL CAMBIO Y LA APERTURA.

Lugar: Departamento de
Psiquiatría Sala 1 de terapia

Fecha: 23, 24 y 25 de junio

Inscripción: <https://prosam.facmed.unam.mx/eventos/>

6,13 y 20

PRESENCIAL

13:00, 14:00 HRS.

TALLER: ¿CÓMO MEJORAR MI COMUNICACIÓN EN PAREJA?

Lugar: Departamento de
Psiquiatría Sala 1 de terapia

Fecha: 06, 13 y 20 de junio

Inscripción: <https://prosam.facmed.unam.mx/eventos/>



Departamento de Psiquiatría y Salud Mental
Facultad de Medicina, Edificio F. Ciudad Universitaria.
Teléfono 5556-232127
<https://psiquiatria.facmed.unam.mx/>
Dudas: prosam@facmed.unam.mx

Elaborado:
Dr. Diego Armando Coronel Mazo, MPSS Grecia Pérez Cruz

2025



JULIO

CARTELERA

Talleres y Cursos Autogestivos



07

AUTOGESTIVO

**CURSO : CENTINELAS
PARA LA PREVENCIÓN
DEL SUICIDIO**

Lugar: Plataforma PROSAM

Inscripción:

<https://centinelas.facmed.unam.mx/>

Fecha: 07 de julio

22

EN LÍNEA

12:00, 13:00 HRS.

**DÍA MUNDIAL DEL
CEREBRO, RECURSOS
SOBRE NEUROBIOLOGÍA
DEL CEREBRO**

Lugar: YouTube Live

Inscripción: Entrada libre

Fecha: 22 de julio



Departamento de Psiquiatría y Salud Mental
Facultad de Medicina, Edificio F. Ciudad Universitaria.
Teléfono 5556-232127
<https://psiquiatria.facmed.unam.mx/>
Dudas: prosam@facmed.unam.mx



Departamento de Psiquiatría y Salud Mental
Facultad de Medicina, Edificio F. Ciudad Universitaria.
Teléfono 5556-232127
<https://psiquiatria.facmed.unam.mx/>