

OCTUBRE 2025



PROGRAMA DE
SALUD MENTAL
PARA LA COMUNIDAD
FACULTAD DE MEDICINA

PROSAM



Código de colores

Taller

Actividad

Evento

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

SÁBADO

DOMINGO

30

31

01

02

03

04

05

06

07

08

09

10
Actividad en carpa
PROSAM, día
mundial de
conscientización de
SM y conversatorio.

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20
Taller: Herramientas
para fomentar la
resiliencia durante la
carrera.

21

22

23

24
Taller "Dar malas
noticias en el
ámbito docente"

25

26

27

28

29

30
Ofrenda de "Salud
mental en
conmemoración al
día de muertos"

31
Taller "Dar malas
noticias en el
ámbito docente"

01

02

¡INICIA Campaña de Salud Mental en el Aula

Espera la visita del equipo PROSAM. a tu aula

Más información

• Taller

20 de Octubre el 2025:
Herramientas para fomentar la
resiliencia durante la carrera.

YouTube Modalidad sincrónica a
través de YouTube live.



10:00-12:00 H
14:00-16:00 H

• Actividades

10 de octubre de 2025:
Día Mundial de conscientización de
la salud mental y conversatorio
"Salud mental, nuestro derecho
universal: conversaciones para el
bienestar". Actividades de la carpa
PROSAM.

• Taller

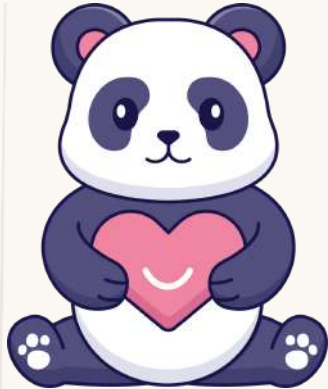
24 y 31 de octubre

Dar malas noticias en el ámbito docente

• Eventos

30 y 31 de octubre de 2025:
Ofrenda de "Salud mental en
conmemoración al día de muertos"

NOVIEMBRE 2025



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
27	28	29	30	31	01	02
03	04	05	06	07	08	09
10	11 Taller: Estrategias de aprendizaje.	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

!Continúa campaña de Salud Mental en el Aula
Espera la visita del equipo PROSAM. a tu aula

Más información

Taller

11 de Noviembre el 2025:
“Estrategias de aprendizaje. No estudies más, estudia mejor.”



Modalidad presencial.



Sala de terapia uno del DPSM.



10:00-12:00 H
14:00-16:00 H

Código de colores

- Taller
- Actividad
- Evento

DICIEMBRE 2025



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
01	02	03	04	05 Día de la prevención en Salud Mental	06	07
08	09	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
23	24	25	26	27	28	29
30	31	01	02	03	04	05

Más información

- Jornada**
 -  Día de la prevención de la Salud Menal
 - Actividades de fortalecimiento para afrontar la vida
 -  Modalidad presencial.
 -  Letras de la FACMED
 -  12:00 a 14:00

ENERO 2026



PROGRAMA DE
SALUD MENTAL
PARA LA COMUNIDAD
FACULTAD DE MEDICINA

PROSAM



MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

SÁBADO

DOMINGO

30

31

01

02

03

04

06

07

08

09

10

11

Continúa la campaña de Salud Mental en el Aula

Espera la visita del equipo PROSAM. a tu aula

13

14

15

Taller:
Procrastinación.

16

17

18

20

21

22

23

24

25

27

28

29

Taller:
Comunicación
efectiva.

30

31

01

Más información

• Taller

15 de Enero del 2026:

"Procrastinación. No lo dejes para mañana".



Modalidad sincrónica.



YouTube live



10:00-12:00 H
14:00-16:00 H

29 de Enero del 2026:

"Comunicación efectiva y resolución de conflictos: herramientas para el aula y la clínica".



Modalidad presencial.

10:00-12:00 H
14:00-16:00 H



Tallerista: Diego Coronel

FEBRERO 2026



PROGRAMA DE
SALUD MENTAL
PARA LA COMUNIDAD
FACULTAD DE MEDICINA
PROSAM



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

SÁBADO

DOMINGO

Más información

26

27

28

29

30

31

01

02

03

04

05

06

09

10

11

12

13

16

17

18

19

20

23

24

25

26

27

Continúa la campaña de Salud Mental en el Aula

Espera la visita del equipo PROSAM. a tu aula

Taller: Escucha,
habla y
conecta.

Taller: Manejo de
la rumia.

Taller: Formación de
guardianes para la
prevención del
suicidio

Día de la
prevención en
Salud Mental

Más información

Jornada

Día de la prevención de la
Salud Menal

Actividades de
fortalecimiento para
enfrentar la vida

Modalidad presencial.

Letras de la
FACMED

12:00 a 14:00

Taller

11 de Febrero del 2026:

"Escucha, habla y conecta: cómo
mejorar la comunicación con tu
pareja o con amigxs".



Modalidad presencial.



Sala de terapia uno del
DPSM.



10:00-12:00 H
14:00-16:00 H

19 de Febrero del 2026:

"Manejo de la rumia. Estrategias
para cuándo pensar de más deja
de ayudarte".



Modalidad sincrónica.



YouTube live.



09:00-11:00 H
14:00-16:00 H

26 de Febrero del 2026:

"Formación de guardianes para la
prevención del suicidio".



Modalidad presencial.



10:00-12:00 H

MARZO 2026



DOMINGO

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

SÁBADO

Más información

01

02

03

04

05

06

07

08

09

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

22

23

24

25

26

27

28

29

30

31

01

02

03

04

Continúa la campaña de Salud Mental en el Aula

Espera la visita del equipo PROSAM. a tu aula

Taller: Resistir la temporada de exámenes.

Taller: Aprende sobre los hábitos del sueño.

Taller: Resistir la temporada de exámenes.

Taller

10 de Marzo del 2026:

Resistir la temporada de exámenes "crear caminos ante las dificultades".



Modalidad sincrónica.



YouTube live.



10:00-12:00 H
14:00-16:00 H

20 de Marzo del 2026:

"Aprende sobre los hábitos de sueño: mejora tu descanso y potencia tu aprendizaje"



Modalidad presencial.



En las letras de la FACMED.



10:00-12:00 H
14:00-16:00 H

27 de Marzo del 2026:

Resistir la temporada de exámenes "crear caminos ante las dificultades".



Modalidad sincrónica.



YouTube live.



10:00-12:00 H

ABRIL 2026



DOMINGO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
05	06	07	08	09	10	11
12	13 Capacitación salud mental y PAP y profesores	14 Taller: Reforzamiento de intervenciones psicológicas en tiempos de exámenes	15	16	17	18
19	20 Capacitación salud mental y PAP y profesores	21 Taller: Reforzamiento de intervenciones psicológicas en tiempos de exámenes	22	23	24	25
26	27 Capacitación salud mental y PAP y profesores	28	29	30	01	02

• Capacitación

13, 20 y 27 de Abril del 2026:
Capacitación sobre temas de salud mental y primeros auxilios psicológicos al profesorado e instructores de los departamentos.



Modalidad presencial.



Auditorio “Dr. Ramón de la Fuente”



10:00-12:00 H
16:00-18:00 H

• Taller

14 y 21 de Abril del 2026:
Reforzamiento de intervenciones psicológicas en tiempos de exámenes



Modalidad presencial.



Aula de terapia 1, DPSM.



14:00-15:00 H



Talleristas: Diego Coronel y Joaquín Gutiérrez.

MAYO-JUN 2026



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
04 Capacitación salud mental y PAP y profesores	05	06	07	08	09
11 Capacitación salud mental y PAP y profesores	12 Taller: Reforzamiento de intervenciones psicológicas en tiempos de exámenes	13	14	15	07
18 Capacitación salud mental y PAP y profesores	19	20	21	22 Día de la prevención en Salud Mental	23
25 Capacitación salud mental y PAP y profesores	26 Taller: Reforzamiento de intervenciones psicológicas en tiempos de exámenes	27	28	29	30
01	02	03	04	05	28 06

Más información

Día de la prevención de la Salud Menal

Jornada

Actividades de fortalecimiento para afrontar la vida

Modalidad presencial

Letras de la FACMED

12:00 a 14:00

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

Emisión: Cada jueves de mayo a junio.

1. Autocompasión "Hikaru" tu aliado ante la adversidad
2. Salud de la imagen corporal "reconciliate 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

Taller

12 y 26 de Mayo del 2026: Reforzamiento de intervenciones psicológicas en tiempos de exámenes

Modalidad presencial.

Aula de terapia 1,DPSM.

12 MAYO: 12:00 a 13:00
26 MAYO: 14:00 a 15:00

Talleristas: Diego Coronel y Joaquín Gutiérrez.

Capacitación

04,11, 18, 25 de Mayo del 2026: Capacitación sobre temas de salud mental y primeros auxilios psicológicos al profesorado e instructores de los departamentos".

Modalidad presencial.

Auditorio "Dr. Ramón de la Fuente"

10:00-12:00 H
16:00-18:00 H