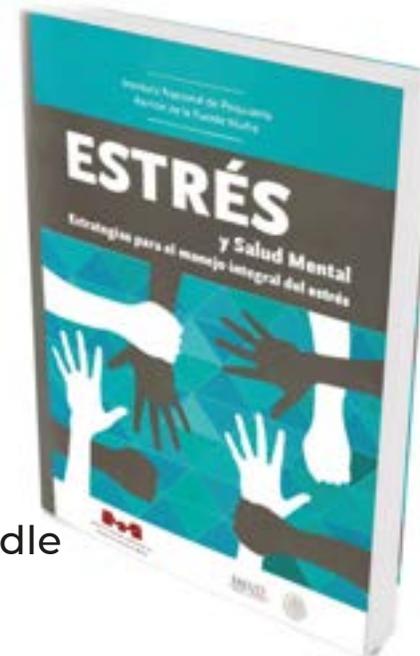


Estrés y salud mental



Coordinadora académica:

Dra. Ma. Isabel Barrera Villalpando

Dirigido a:

Profesionales de la salud, educación y afines

Objetivo:

- Comprender qué es el estrés, tipos de estrés y estresores externos e internos
- Reconocer las fases del estrés y sus manifestaciones fisiológicas, cognitivas, emocionales y conductuales
- Explorar ejercicios y prácticas de mindfulness
- Entrenamiento en estrategias para el manejo del estrés

Temas:

- El estrés y manifestaciones del estrés
- Afrontamiento al estrés
- Exploración de ejercicios de mindfulness
- Estrategias para el manejo del estrés: respiración profunda; relajación muscular y autógena; imaginación guiada; cambio de pensamientos; solución de problemas y asertividad

Modalidad:

En línea, mediante Moodle

Horas crédito:

20

Costo: \$1,700.00

Descuento especial a quienes colaboran en instituciones del sector público o en organizaciones de la sociedad civil

Informes:

cursos.diép@gmail.com



SALUD
SECRETARÍA DE SALUD



INSTITUTO NACIONAL DE PSIQUIATRÍA
RAMÓN DE LA FUENTE MUÑIZ

Familia y adicciones

Coordinadora académica:

Dra. Marcela Tiburcio

Dirigido a:

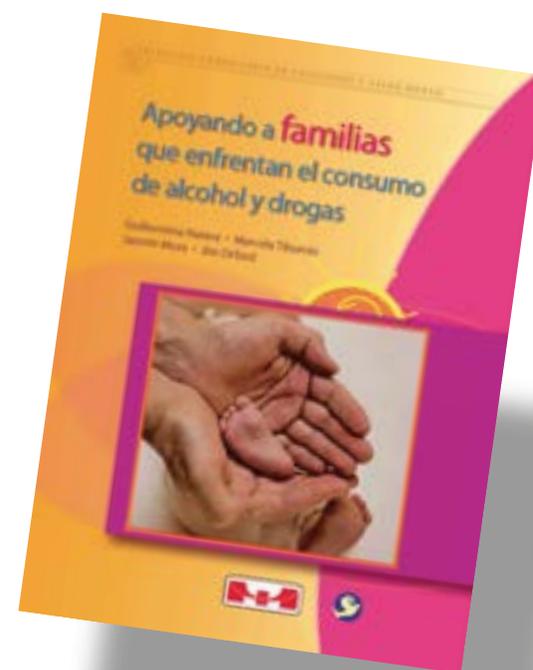
Profesionales de la salud y afines

Objetivo general:

Formar orientadores para intervenir y apoyar a las familias a enfrentar la problemática de consumo de alcohol o drogas de alguno de sus miembros

Temática:

- Todo profesional de la salud puede ser un orientador/a
- Impacto en los familiares del consumo problemático de drogas y/o alcohol
- El Modelo de Intervención Breve para familiares de consumidores de alcohol y/o drogas
- Escuchar y explorar la problemática particular de la familia
- Proporcionar información objetiva y relevante acerca del consumo de alcohol y/o drogas
- Identificar, analizar y comprender formas más benéficas para la salud mental de enfrentar las adicciones
- Fortalecer el apoyo social para la solución conjunta de problemas en la familia (incluye ejercicios)



Modalidad:

En línea mediante Moodle

Horas crédito:

20

Costo: \$1,900.00

Este programa es público, ajeno a cualquier partido político. Queda prohibido el uso para fines distintos a los establecidos en el programa



SALUD
SECRETARÍA DE SALUD



INSTITUTO NACIONAL DE PSIQUIATRÍA
RAMÓN DE LA FUENTE MUÑIZ

Intervención para prevención de adicciones en jóvenes

Coordinadora académica:

Dra. Patricia Fuentes de Iturbe

Dirigido a:

Profesionales de la salud, educación y afines

Objetivo:

Capacitar en el manejo de una intervención preventiva para aumentar la percepción de riesgo de uso de sustancias y fortalecer habilidades para la vida en jóvenes

Temática:

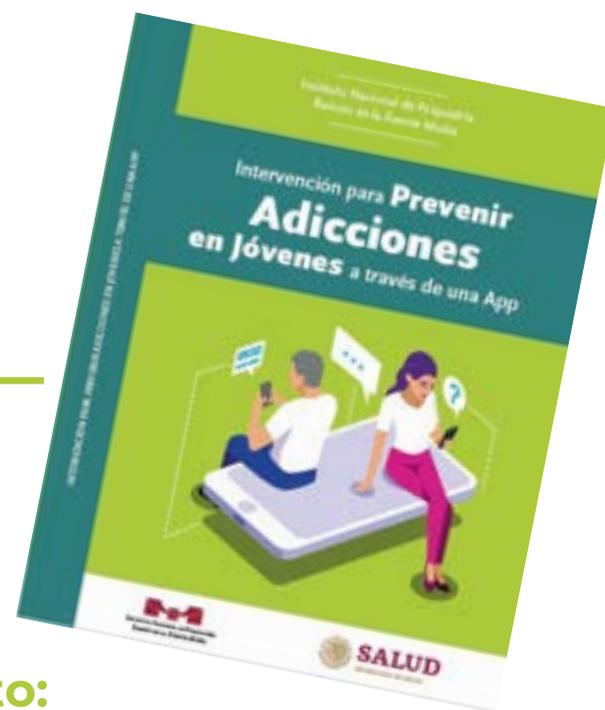
- Adolescencia: retos y riesgos
- Sustancias psicoactivas: efectos y riesgos
- Detección temprana del consumo
- Habilidades para la vida

Horas crédito:
30

Costo: **\$2,000.00**

Modalidad:

En línea mediante Moodle



SALUD
SECRETARÍA DE SALUD



INSTITUTO NACIONAL DE PSIQUIATRÍA
RAMÓN DE LA FUENTE MUÑIZ



Intervenciones breves en adicciones

Dirigido a:

Profesionales de la salud y afines

Objetivo:

Capacitar a profesionales de la salud como orientadores en la detección temprana del consumo de sustancias y en la aplicación de intervenciones breves para modificar los hábitos de consumo de alcohol y drogas

Modalidad:

En línea mediante Moodle

Horas crédito:

30

Costo:

\$1,900.0

Temas:

- Las drogas y sus efectos
- ¿Cuáles son los niveles de consumo de sustancias?
- ¿Qué es la detección temprana?
- ¿Cómo modificar los hábitos de consumo?
- ¿Cómo dejar de consumir drogas?
- ¿Cómo reducir el consumo de alcohol?

Este programa es público, ajeno a cualquier partido político. Queda prohibido el uso para fines distintos a los establecidos en el programa

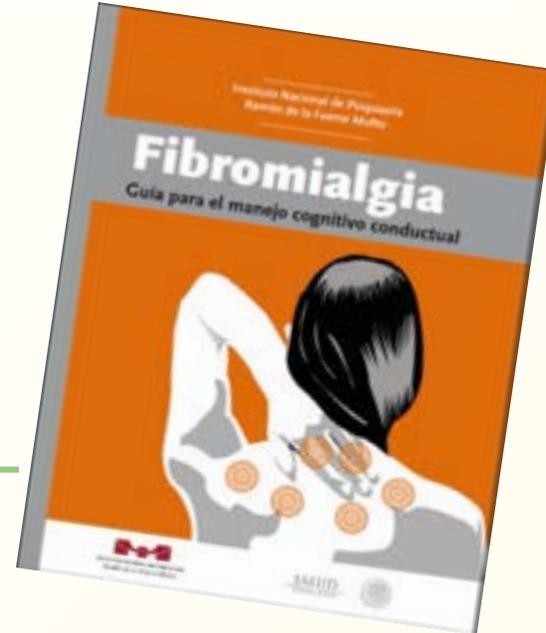


SALUD
SECRETARÍA DE SALUD



INSTITUTO NACIONAL DE PSIQUIATRÍA
RAMÓN DE LA FUENTE MUÑIZ

Fibromialgia: manejo cognitivo-conductual



Coordinadora académica:

Dra. Ma. Isabel Barrera Villalpando

Dirigido a:

Profesionales de la salud y afines

Objetivos:

- Conocer los aspectos clínicos y psicosociales de la fibromialgia
- Identificar los tratamientos para la fibromialgia
- Comprender el enfoque de terapia cognitivo conductual para la fibromialgia
- Aplicar estrategias cognitivo-conductuales para el manejo de la fibromialgia

Modalidad: En línea mediante Moodle

Horas crédito: 20 horas

Costo: \$1,700.00

Temas:

- Generalidades de la fibromialgia
- Aspectos clínicos y psicosociales de la fibromialgia
- Tratamientos para la fibromialgia
- Terapia cognitivo conductual para la fibromialgia
- Modelo de TCC grupal para la fibromialgia



SALUD
SECRETARÍA DE SALUD



INSTITUTO NACIONAL DE PSIQUIATRÍA
RAMÓN DE LA FUENTE MUÑIZ

Prevención de la depresión en mujeres



Coordinadora académica:

Dra. Ma. Asunción Lara Cantú

Tutora:

Mtra. en Psic. Maricarmen
Acevedo Corona

Dirigido a:

Profesionales de la salud y disciplinas
psicosociales. Preferentemente con
experiencia en el manejo de grupos y
conocimientos de psicopatología, estudios
sobre la mujer y de género

Temática:

- Antecedentes y marco conceptual del Programa de Intervención Psicoeducativa
- Revisión del libro base: ¡Es difícil ser mujer! Una guía para entender y enfrentar la depresión
- Características y condiciones para la aplicación del programa

Modalidad:

En línea, con la guía y supervisión de una experta a través de foros y reuniones virtuales, lectura de materiales y prácticas

Horas crédito: 40

Objetivo:

Capacitar a profesionales que trabajan con mujeres para aplicar una intervención psicoeducativa para atender síntomas de depresión \$5,000.00 (incluye materiales)

Costo: \$5,000.00 (incluye materiales)

Se podrán otorgar **becas parciales** con base en circunstancias que lo justifiquen presentadas en la carta de motivos incluida en el formato de registro.

Informes y registro:

mujeresydepresion@gmail.com

Este programa es público, ajeno a cualquier partido político. Queda prohibido el uso para fines distintos a los establecidos en el programa



SALUD
SECRETARÍA DE SALUD



INSTITUTO NACIONAL DE PSIQUIATRÍA
RAMÓN DE LA FUENTE MUÑIZ

Prevención de la depresión posparto

Este curso provee de herramientas para apoyar a mujeres embarazadas y en el posparto

Coordinadora Académica:

Dra. Ma. Asunción Lara Cantú

Tutora:

Mtra. en Psic. Erica Medina Serdán

Dirigido a:

Profesionales de la salud y disciplinas psicosociales. Preferentemente con experiencia en el manejo de grupos y conocimientos de psicopatología, estudios sobre la mujer y de género

Objetivo general:

Facilitar la adquisición de conocimientos y desarrollo de habilidades profesionales para implementar una intervención psicoeducativa para prevenir la depresión posparto

Temática:

- Depresión en el embarazo y el posparto
- Características y condiciones para la aplicación del programa de prevención
- Lectura del libro “Cuidados emocionales para futuras mamás. Cómo prevenir la depresión y ansiedad en el embarazo y el posparto”
- Detección de la depresión pre y posparto



Modalidad:

En línea, con la guía y supervisión de una experta a través de foros y reuniones virtuales, lectura de materiales y prácticas

Horas crédito: 40

Costo: \$5,000.00 (incluye materiales)

Se podrán otorgar **becas parciales** con base en circunstancias que lo justifiquen presentadas en la carta de motivos incluida en el formato de registro.

Informes:

mujeresydepresion@gmail.com

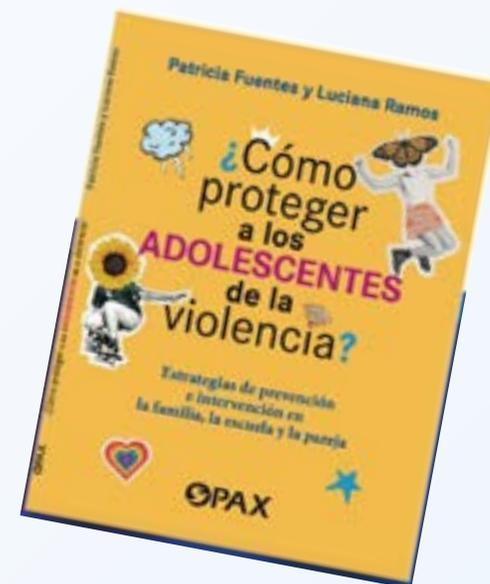
Este programa es público, ajeno a cualquier partido político. Queda prohibido el uso para fines distintos a los establecidos en el programa



SALUD
SECRETARÍA DE SALUD



INSTITUTO NACIONAL DE PSIQUIATRÍA
RAMÓN DE LA FUENTE MUÑIZ



Prevención de Violencia en Adolescentes: Estrategias preventivas

Coordinadoras académicas:

Dra. Luciana Ramos Lira
Dra. Patricia Fuentes de Iturbe

Dirigido a:

Profesionales de la salud, educación y afines.

Modalidad:

En línea mediante Moodle

Horas crédito:

20 horas

Objetivos:

- Reconocer tipos de violencia que se pueden experimentar o ejercer en los espacios sociales de la población adolescente -en la familia, entre los pares adolescentes y en las relaciones de pareja
- Reconocer estrategias para propiciar relaciones entre padres e hijos/as basadas en el buen trato y en la disciplina positiva
- Facilitar la práctica de formas de convivencia sin violencia entre pares adolescentes basadas en la convivencia pacífica para contribuir al bienestar psicosocial de las y los adolescentes
- Favorecer relaciones de pareja saludables y libres de violencia en las y los adolescentes

Temática:

1. Violencia en la familia, la escuela y las relaciones de pareja.
2. Favoreciendo el buen trato en el contexto familiar.
3. Practicando formas de convivencia sin violencia entre adolescentes.
4. Cultivando relaciones de pareja saludables en adolescentes.

Costo: \$2,000.00



SALUD
SECRETARÍA DE SALUD



INSTITUTO NACIONAL DE PSIQUIATRÍA
RAMÓN DE LA FUENTE MUÑIZ