



La Salud Mental como eje transversal a través de la Promoción de Estilos de Vida Saludables

Jenny González Fernández

Universidad de Costa Rica, Sede del Caribe



Sexualidad Integral

Identidad
Género



Nutrición

Alimentación Saludable
Autogestión



Fortalecimiento Humano

Habilidades para la Vida
Toma de decisiones

Objetivos

- Reconocer la **salud mental como eje transversal** dentro de las estrategias utilizadas con la población estudiantil
- **Promocionar estilos de vida saludables** en la población estudiantil universitaria como parte de su formación integral

Metodología

Los proyectos se desarrollan con una **metodología participativa**. Diseñando estrategias, tales como: ferias de la Salud, **foros** de discusión, **talleres** prácticos, **charlas** informativas.

La comunidad estudiantil participa de manera activa en el **diseño y construcción** de recursos con la guía del equipo profesional promoviendo el fortalecimiento y desarrollo de **competencias** con miras a gestionar agentes de cambio en temas relacionados a la **promoción de la salud mental**.

Diseño y Fotografías de: Hernán Chaves Navarro