

SESIÓN 3



SEREMI
Región del Bio Bío

Ministerio de
Salud

HABLEMOS CLARO:

Herramientas para enfrentar la adolescencia

Departamento de Promoción de la Salud

GOBIERNO DE CHILE



CHILE AVANZA CONTIGO



**¿QUÉ MITOS HAS ESCUCHADO
RESPECTO A LA ADOLESCENCIA?**

“CÁPSULA 3”



MITOS Y VERDADES EN RELACIÓN A LA SALUD MENTAL

MITO





HABLEMOS...

- *¿Qué dificultades he tenido para comprender los problemas de salud mental de mi hijo/a adolescente?*



**¿DE QUÉ MANERA PODRÍA
CONTRIBUIR A DISMINUIR LOS MITOS
Y ESTIGMAS EN MI ENTORNO?**





Consejo:

Derribar mitos comienza en casa: infórmate, valida sus emociones y fomenta un espacio seguro para que puedan expresarse sin temor al juicio. Recuerda que tu apoyo puede marcar la diferencia.

**USTEDES SON
IMPORTANTES**

**“La salud mental no discrimina.
Independientemente de las circunstancias
externas, todos los adolescentes pueden
necesitar apoyo. Escucha, observa y
actúa con empatía.”**

Puedes encontrar ayuda remota en las siguientes líneas



Teléfono 24/7
Consumo de sustancias



www.todomejora.org
Diversidad sexogenérica



Lunes a viernes 10-21 hrs
Jóvenes y adolescentes



Teléfono 24/7
Orientación en salud mental



Lunes a viernes 9 a 18 hrs
Personas mayores



Línea de prevención del
suicidio

Construyendo **SALUD MENTAL**

LLAME A SALUD RESPONDE

600-360-7777

No estás solo

***4141**

No estás sola

LÍNEA PREVENCIÓN DEL SUICIDIO





SEREMI
Región del Bío Bío



**Ministerio de
Salud**

¡Muchas gracias!

¿Tienen alguna pregunta?