



FICHA INFORMATIVA Y DE APRENDIZAJE 13_2024

HÁBITOS | PODCAST

Desmontando el estigma. Capítulo 2: Hábitos saludables

"Desmontando el Estigma" es un podcast producido por el Centro de Rehabilitación Psicosocial de Móstoles (Grupo EXTER) para eliminar las barreras y las etiquetas que existen sobre la salud mental.

En este capítulo se habla de hábitos saludables y de cómo incorporarlos a la rutina.

Las ponentes que participan son cuatro enfermeras de atención primaria del Centro de Salud Presentación Sabio de Móstoles:

Elena Rojas Barra, Laura Sánchez Hernández (enfermera residente de segundo año de la especialidad de Enfermería familiar y comunitaria), Carmen Hernández Gil y Laura Pérez Tirado.



Centro de
Referencia
Estatal de
Atención
Psicosocial