



VIDA SALUDABLE





# EN CUARENTENA ¡CUIDA TU SALUD MENTAL!

QUÉ ES Y CÓMO AFECTA  
LA SALUD MENTAL

---



---

Video: En cuarentena ¡Cuida tu salud mental! / Qué es y cómo afecta la salud mental... Fuente: Youtube Duoc UC, Departamento Universitario Obrero Campesino de la Universidad Católica de Chile (2020).

# RECETA AVOCADO TOAST

---



Esta publicación se distribuye de forma digital,  
fue finalizada en octubre de 2020.

