



TU SALUD MENTAL PRIMERO

DET Radio



Autoestima y confianza

En este episodio de Tu Salud Mental Primero, el psicólogo clínico Ignacio Núñez Henríquez aborda cómo la autoestima y la confianza impactan nuestro bienestar emocional. Aprende estrategias prácticas para fortalecer estos pilares fundamentales y mejorar tu salud mental.



Programa Salud Mental



ESCUCHA NUESTRO PODCAST

PODCAST
RADIO **DET**
LA SEÑAL QUE NOS UNE



 **CODELCO** | El Teniente

Representante legal: Andrés Musi Garrido
Director: Raúl Madrid Meza
Edición: Tito Palacios
Equipo Periodístico: SURMEDIA

La Revista El Teniente es una publicación institucional quincenal, editada y publicada por la Dirección de Comunicaciones y Asuntos Públicos. Todos los derechos reservados.

Queda prohibida toda reproducción total o parcial del material editorial contenido en éste y todos los números de Revista El Teniente, sin la previa autorización de la Dirección de Comunicaciones de esta División.

Medio institucional fundado en 1953
• Copyrights © 2019
• CODELCO CHILE.
• Todos los Derechos Reservados.