



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 Music Garrido
Director: Raúl Madrid Meza
Edición: Tito Palacios
Equipo Periodístico: SURMEDIA

La Revista ElTeniente 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 ElTeniente, 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.