



## ¿Qué influye en tu salud mental?

En tu salud mental influye una combinación compleja de factores, entre los que se encuentran nuestra biología, nuestras experiencias vitales y nuestro entorno actual. Estos factores se superponen a menudo.

### ¿QUÉ APRENDERAS?

- A reconocer los factores que influyen en la salud mental.

### CONTENIDOS DEL CURSO:

1. ¿Qué influye en tu salud mental?
2. Factores que afectan a nuestra salud mental
3. Entrevista con la Dra. Hazel Harrison
4. Comprueba tus conocimientos
5. Resumen

---

**Delivery:** learningCloud sprint, SCORM, xAPI

---

**Developed:** Video Arts

**Tematica:** Ethics & Wellbeing

**Nslation\_priority:** Optional

**Duration:** 15 minutes

**License:** annual

**Languages:** es, en