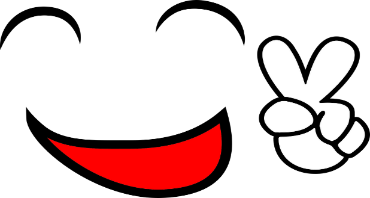
**Podría generar mucho malestar psicológico**

**TE PRESENTAMOS….**

**FACTORES DE PROTECCIÓN QUE**

**TE AYUDAN A SOBRELLEVAR ESTO**

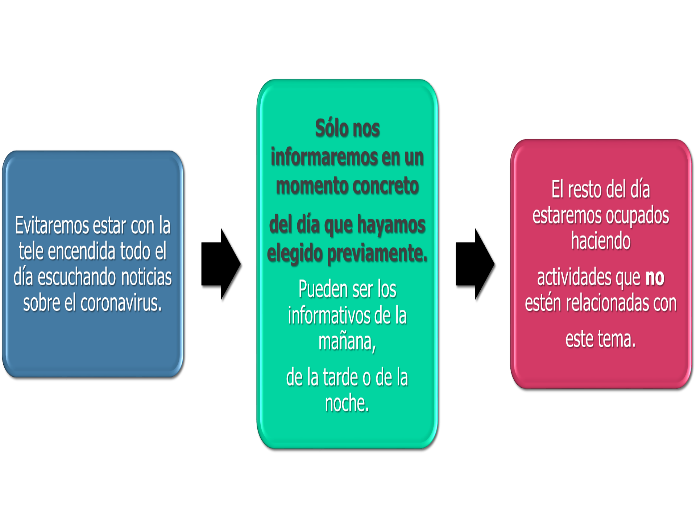




**¡¡El exceso de información sólo incrementa nuestras emociones negativas!!**

**Lo ideal a NIVEL EMOCIONAL es conocer las recomendaciones o el escenario actual sin caer en conductas compulsivas de búsqueda de información.**





Es muy importante mantener un horario de comidas y de sueño adecuados

