

SCHOLAE PSYCHOLOGY

# NEWS & INSIGHTS

## ARTÍCULO DEL MES / PSICOTRAUMATOLOGÍA

*Gaslighting y manipulación  
psicológica: efectos en la  
autoestima femenina*

## NEUROPSICOLOGÍA

*Neurobiología del cuidado: el papel  
del cerebro femenino en la empatía y  
la cognición social*

## NUTRICIÓN CLÍNICA

*¡Sin reglas! Hablemos sobre  
la menopausia*

## PSICOLOGÍA

*El autocuidado en la mujer:  
un acto de amor propio*

## CLUB DE LECTURA

*Te compartimos nuestras  
reflexiones del libro de este mes*

## FORMACIÓN EN ACCIÓN

*Concluimos el primer Módulo del  
Diplomado; Intervención en crisis y enlace*

**MITOS, REALIDADES Y DESAFÍOS**

# EL BIENESTAR DE LA MUJER EN LA ACTUALIDAD

**NO.5 | MARZO 2025**

@scholaepsychology

www.scholaepsychology.com



# CONTENIDO

03

---

## **PSICOLOGÍA**

**EL AUTOCUIDADO EN LA MUJER:  
UN ACTO DE AMOR PROPIO**

04

---

## **CLUB DE LECTURA**

**NUESTRAS REFLEXIONES DEL  
LIBRO DE FEBRERO**

08

---

## **ARTÍCULO PRINCIPAL/ PSICOTRAUMATOLOGÍA**

**GASLIGHTING Y MANIPULACIÓN  
PSICOLÓGICA: EFECTOS EN LA  
AUTOESTIMA FEMENINA**

11

---

## **NEUROPSICOLOGÍA**

**NEUROBIOLOGÍA DEL CUIDADO: EL  
PAPEL DEL CEREBRO FEMENINO EN  
LA EMPATÍA Y LA CONEXIÓN SOCIAL**

14

---

## **NUTRICIÓN CLÍNICA**

**¡SIN REGLAS! HABLEMOS SOBRE LA  
MENOPAUSIA**

18

---

## **FORMACIÓN EN ACCIÓN**

**CONCLUIMOS EL PRIMER MÓDULO  
DEL DIPLOMADO; INTERVENCIÓN  
EN CRISIS Y ENLACE**

19

---

## **PRÓXIMOS EVENTOS**

**CONOCE NUESTROS PRÓXIMOS  
EVENTOS**



## PSICOLOGÍA

# EL AUTOCUIDADO EN LA MUJER: UN ACTO DE AMOR PROPIO

Por: Lic. Estefanía Carrillo Morales

**Se acerca el 8M 2025 pero, ¿qué significa esta fecha para las mujeres? Para unas puede no significar mucho, pero para otras mujeres es un momento de reflexión, de observar actitudes, conductas, emociones que se viven y eso puede llegar a ser desgastante. Por eso mismo es crucial hablar del autocuidado en la mujer en estas fechas.**



Esta palabra puede generar distintas formas de definirla dependiendo de la persona, pero en resumidas cuentas es el cuidado de uno o una misma de una forma consciente y responsable a nivel físico, emocional y social. Para las mujeres, el autocuidado se convierte en una práctica esencial para mantener un equilibrio en medio de todas las responsabilidades que enfrentan a diario. Ya sea como madres, profesionales, hijas o compañeras, las mujeres tienden a poner las necesidades de los demás antes que las propias, lo que puede llevar a una sobrecarga, generar agotamiento físico y emocional.

Uno de los propósitos del autocuidado es prevenir enfermedades de cualquier índole, y en caso que lleguen, poder afrontarlas de una forma saludable. El autocuidado no debe ser visto como un lujo, sino como una necesidad vital. Cuando podemos conectar con nuestro cuerpo, revisar sus necesidades como el comer, el realizar actividad física y el descanso, repercutirá de manera positiva en nuestra vida. Nuestra salud emocional también es relevante, esto implica gestionar el estrés, buscar formas de desahogo, relajación y desconexión. Por otra parte, establecer límites con las personas que convivimos es crucial; es válido decir NO. Cultivar una red de apoyo y rodearnos de personas seguras, también es otra forma de autocuidado.

Seamos cuidadosas con el trato al mismo cuerpo, al respetar sus formas, colores y texturas. Es una gran aventura poder sumergirnos a observar qué sucede en nuestro mundo interno, desde la curiosidad y sin juicio. Si se siente muy difícil llevarlo a cabo por tu cuenta, puedes acudir a psicoterapia, y si eso se siente todavía complicado, acércate a tus personas de confianza para ser sostenida.

**Recordemos que el autocuidado y el amor propio son otras formas de resistencia.**

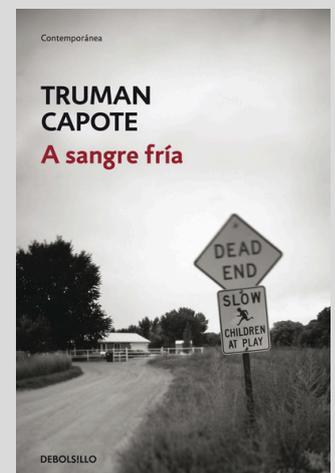


## CLUB DE LECTURA

Este mes en nuestro Club de Lectura exploramos *A Sangre Fría*, la icónica novela de Truman Capote que revolucionó el periodismo narrativo. Nos sumergimos en la historia del crimen que marcó a la pequeña comunidad de Holcomb, Kansas, y debatimos sobre la ética, la justicia y la psicología de los asesinos.



## LIBRO DEL MES



Calificación del club **5** ★

## Estructura y estilo narrativo

Uno de los aspectos que más valoramos del libro fue la manera en que Capote estructuró la historia, desarrollándola con un enfoque meticuloso y detallado. Su proceso de investigación exhaustivo: pasó años recabando información y esperando el fallo del juicio para asegurar que su relato fuera lo más preciso posible. Su estilo periodístico construye una narrativa envolvente que mantiene la intriga.

También reflexionamos sobre el cambio de género con respecto a nuestra lectura anterior, *Rayuela* de Julio Cortázar. Pasamos de una novela de ficción experimental a una **novela de no ficción o periodística**, lo que representó un giro significativo en nuestra experiencia de lectura.

## La figura de Truman Capote

Comentamos acerca de la personalidad del autor, un personaje excéntrico dentro del ambiente artístico y literario. Su relación con **Harper Lee**, autora de *Matar a un ruiseñor* fue un punto interesante en la discusión, ya que ella lo acompañó en la recopilación de información en Holcomb. Esto nos motivó a elegir su libro como nuestra próxima lectura.

Otro tema de debate fue la frustración de Capote al no recibir el Premio Pulitzer. Algunos comentaron que el problema radicó en que este reconocimiento se otorga a investigaciones periodísticas y no a novelas, por lo que al presentarla como una novela, quedó fuera de la categoría.

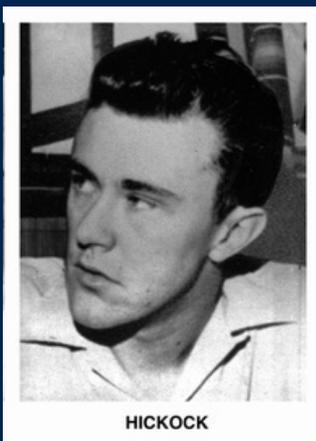


## El caso real y su representación en el libro

Un aspecto que nos generó debate fue la forma en que Capote construyó la historia para generar empatía con los criminales, lo que resultó controversial. Analizamos el móvil de los asesinatos y la investigación criminal, destacando aspectos clave como:

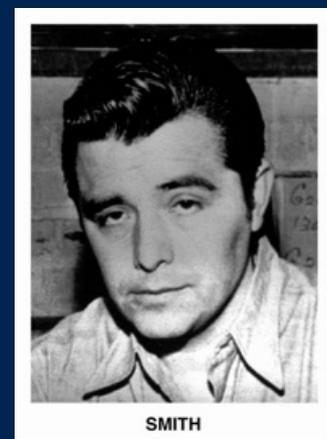
- La desaparición de los cheques del señor Clutter y el hecho de que esta pista no fuera relevante hasta el final del caso.
- La discrepancia en el número de disparos y víctimas, lo que generó especulaciones dentro de la historia.
- La presencia de un trabajador en la finca que no se percató de los asesinatos.
- El desarrollo del juicio, los recursos de apelación y la prolongación del proceso legal durante seis años hasta la ejecución de los asesinos.

También analizamos la psicología de los criminales, resaltando las diferencias entre Dick y Perry:



**Dick** fue descrito como impulsivo, menos inteligente y con menor capacidad de planificación.

**Perry**, en contraste, tenía una personalidad más reflexiva y soñadora. Mostró un gran interés en cuestiones legales y estudió sobre jurisdicción para retrasar su condena mediante apelaciones.



## El debate sobre la pena de muerte

Otro de los temas de nuestra discusión fue la pena de muerte, tanto en la novela como en el mundo real. Comparando distintos enfoques sobre la justicia y la ética de la ejecución, abordamos varios puntos:

- **Giordano Bruno** hablaba del papel de los verdugos en la Inquisición y de cómo estos necesitaban “limpiar su conciencia” a través de confesiones.
- **Tomás Moro** también reflexionó sobre la aplicación de la pena de muerte en distintos sistemas judiciales.
- Discutimos la diferencia entre lo legal y lo justo, poniendo como ejemplo el desalojo de familias que no pueden pagar la renta: es legal, pero ¿es justo?

También comparamos este tema con el sistema penal en México, donde la pena de muerte no existe y la sanción máxima es la privación de la libertad. Reflexionamos sobre cómo, en países donde la pena capital es legal, su aplicación no genera el mismo debate moral, ya que se rige por la ley del país.

## Reflexiones Finales

Concluimos que *A Sangre Fría* no solo ofrece una reconstrucción detallada del crimen, sino que nos invita a reflexionar sobre la justicia, la moral y la psicología de los criminales. También discutimos cómo la literatura suele estar atravesada por temas psicológicos, a diferencia de otras disciplinas como la nutrición, que tienen menos representación en la ficción. Reafirmamos que, sin importar el género desde el que se aborde una historia, la literatura siempre explorará la conducta humana, haciendo de la psicología un elemento esencial en muchas novelas.

## ARTÍCULO DEL MES / PSICOTRAUMATOLOGÍA **GASLIGHTING Y MANIPULACIÓN PSICOLÓGICA: EFECTOS EN LA AUTOESTIMA FEMENINA**

Por: Dtte. Lizette Salcedo González

Imagina que una mujer comienza a cuestionar su percepción de la realidad. Cada intento de comunicar sus emociones o algún malestar es recibido con frases como “estás exagerando”, “eso nunca pasó”, “estás loca” o “si de verdad me quisieras harías lo que te pido”. El objetivo de estas frases es confundir a la persona al grado de manipulación, descalificación y así poder ganar control y poder en la relación. A esto, se le llama *Gaslighting*.



El gaslighting, junto con otras estrategias de manipulación, tiene efectos devastadores en la autoestima femenina. Se infiltra en relaciones de pareja, dinámicas familiares, ambientes laborales y hasta en discursos sociales que refuerzan la idea de que las mujeres son “demasiado sensibles” o “emocionalmente inestables”.

### **La erosión silenciosa de la autoestima**

La autoestima se construye a partir de la confianza en nuestra propia percepción y juicio. Cuando alguien constantemente invalida nuestras emociones y recuerdos, comenzamos a dudar de nuestra capacidad para interpretar el mundo. Con el tiempo, esto se traduce en una sensación de inseguridad crónica, miedo a tomar decisiones y una dependencia emocional hacia quien ejerce la manipulación.

Las víctimas de gaslighting suelen experimentar ansiedad, depresión y sentimientos de inutilidad. Se les convence de que cualquier problema en la relación es su culpa, lo que refuerza un ciclo de autoacusación y sumisión. En muchos casos, incluso después de salir de la relación, las secuelas emocionales persisten, afectando la manera en que se relacionan con los demás y consigo mismas.

## **El papel del género en la manipulación psicológica**

Si bien el gaslighting puede afectar a cualquier persona, las mujeres son particularmente vulnerables debido a siglos de discursos que las han colocado en un papel de sumisión y docilidad. La cultura patriarcal ha normalizado que sus emociones sean vistas como exageradas, y esto facilita que la manipulación psicológica pase desapercibida.

En contextos laborales, por ejemplo, a muchas mujeres se les hace sentir que sus ideas no son lo suficientemente válidas o que sus logros son fruto de la suerte y no de su capacidad. En relaciones de pareja, el gaslighting se mezcla con dinámicas de control y abuso emocional, convirtiéndose en una forma de violencia silenciosa pero profundamente dañina.



## ¿Cómo romper el ciclo?

El primer paso para combatir el gaslighting es identificarlo. Si una mujer siente que constantemente duda de sí misma o que sus emociones son invalidadas, es fundamental preguntarse: ¿Mis pensamientos y sentimientos son realmente irracionales o alguien me ha hecho creer que lo son?

Buscar apoyo es clave. Hablar con personas de confianza, acudir a terapia e informarse sobre estas dinámicas ayuda a recuperar la claridad mental y fortalecer la autoestima. Asimismo, fomentar espacios donde las mujeres sean escuchadas y validadas es una estrategia poderosa para contrarrestar el impacto del gaslighting en la sociedad.

Recuperar la autoestima tras la manipulación no es un proceso inmediato, pero es posible. Reconocer el propio valor, reafirmar la confianza en la propia percepción y rodearse de personas que refuercen una imagen positiva de sí mismas son pasos esenciales.

### PÁGINAS DONDE PUEDES INFORMARTE Y PEDIR AYUDA



<https://www.samhsa.gov/>



[Español.thehotline.org](https://www.thehotline.org/)



<https://difjalisco.gob.mx>



<https://secretariadeseguridad.jalisco.gob.mx>

## NEUROPSICOLOGÍA

# NEUROBIOLOGÍA DEL CUIDADO: EL PAPEL DEL CEREBRO FEMENINO EN LA EMPATÍA Y LA CONEXIÓN SOCIAL

Por: Fernanda Bustos Espinosa. Neuropsicóloga

**¡El ser humano ha garantizado su supervivencia a través de la socialización! Desde una perspectiva evolutiva, la permanencia de la especie no ha dependido únicamente de la fuerza o la destreza individual, sino de la capacidad de crear vínculos, cuidar a otros y colaborar dentro de un grupo. En este contexto, el cuidado ha sido una pieza clave en la preservación de la humanidad, particularmente en las mujeres, quienes han desempeñado un papel fundamental en la crianza y la construcción de redes afectivas.**



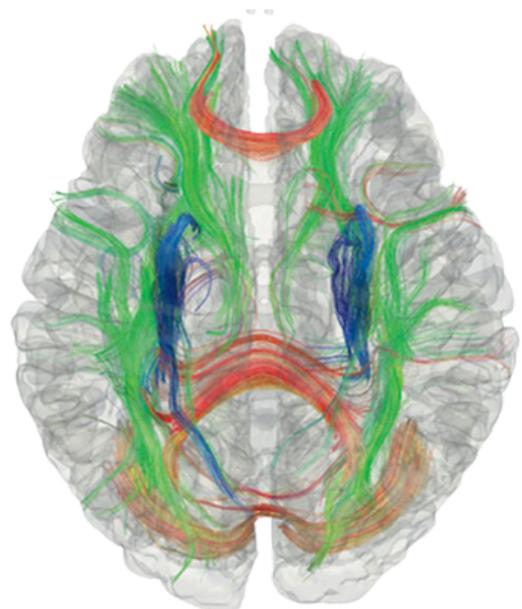
Más allá de la influencia sociocultural, la ciencia ha demostrado que el cerebro tiene un papel crucial en la tendencia al cuidado y la conexión social. La neurobiología ha evidenciado que ciertas estructuras y neurotransmisores están directamente involucrados en la empatía, la percepción de las emociones ajenas y el bienestar derivado del acto de cuidar. Pero, ¿realmente el cerebro femenino tiene una mayor predisposición a la conexión emocional y la empatía?

El proceso de vinculación y cuidado involucra una serie de estructuras cerebrales y mecanismos neuroquímicos que facilitan la interacción social y la empatía. Uno de los principales agentes en este proceso es la oxitocina, conocida como la hormona del apego. Su papel es clave en la formación de vínculos afectivos y en la generación de confianza en las relaciones interpersonales. Se libera en grandes cantidades durante el

parto, la lactancia y el contacto físico, promoviendo la cercanía emocional y fortaleciendo los lazos entre individuos. Investigaciones han demostrado que las mujeres presentan niveles más elevados de oxitocina en comparación con los hombres, lo que podría explicar su mayor predisposición a la conexión social y a la empatía (González & Mora, 2020).

Otros neurotransmisores fundamentales en la experiencia del cuidado son la dopamina y la serotonina, ambos relacionados con la recompensa y el bienestar emocional. La dopamina refuerza la sensación de gratificación que se experimenta al cuidar de otros, proporcionando un refuerzo positivo a las interacciones afectivas. Por su parte, la serotonina contribuye a la estabilidad emocional y a la regulación del estado de ánimo, promoviendo la sensación de calma y satisfacción en las relaciones interpersonales.

Además de estos mecanismos neuroquímicos, se ha identificado que el cerebro femenino presenta una mayor conectividad entre ambos hemisferios, lo que facilita la integración de la información emocional y cognitiva. Este patrón de interconexión permite que las mujeres procesen de manera simultánea tanto la información racional como la emocional, favoreciendo una respuesta más holística y empática en las interacciones sociales. En contraste, el masculino tiende a desarrollar conexiones más especializadas dentro de cada hemisferio, lo que optimiza el procesamiento lógico y analítico. Esta diferencia en la conectividad cerebral no implica una superioridad de un sistema sobre otro, sino una especialización funcional que responde a distintos desafíos adaptativos a lo largo de la evolución.



Estas diferencias en la conectividad podrían explicar por qué las mujeres suelen mostrar una mayor capacidad para interpretar señales emocionales, responder empáticamente y gestionar relaciones interpersonales con un enfoque más holístico. No obstante, esto no implica una superioridad de un cerebro sobre otro, sino simplemente una especialización funcional que responde a distintos desafíos adaptativos a lo largo de la evolución.



En el contexto del cuidado, esta mayor interconexión entre hemisferios facilita que las mujeres perciban de manera más profunda las emociones ajenas y respondan a ellas con mayor sensibilidad. Sin embargo, esta misma predisposición puede generar una sobrecarga emocional, especialmente cuando el acto de cuidar se convierte en una responsabilidad constante sin un equilibrio adecuado con el autocuidado.

Comprender la neurobiología del cuidado nos invita a reflexionar sobre la importancia de establecer límites saludables y promover el autocuidado como parte fundamental del bienestar emocional. Cuidar es un acto esencial en la vida, pero también es necesario aprender a cuidar de uno mismo.

En un mundo que exige constantemente la entrega emocional de las mujeres, reconocer la necesidad del autocuidado no solo fortalece la empatía, sino que también previene el agotamiento y promueve una conexión más saludable con los demás. Al final del día, el cerebro no solo está diseñado para cuidar de otros, sino también para cuidar de sí mismo.

## Referencias

González, A., y Mora, R. (2020). Neurobiología del apego y su relación con la empatía en el ser humano. *Revista de Psicología y Neurociencia*, 35(2), 112-128.

## NUTRICIÓN CLÍNICA

# ¡SIN REGLAS! HABLEMOS SOBRE MENOPAUSIA

Por: Dra. Liliana Magallanes Reyes



Sorano de Éfeso (98-138 d.C.), médico griego, describió en "Gynaikeia", su texto sobre obstetricia y enfermedades de la mujer, lo siguiente: *"...La falta de la menstruación, a la que no está acostumbrada la mujer, aunque no ocurra en forma súbita, puede originar algo similar a una enfermedad no familiar..."*.

Acorde a la **Organización Mundial de la Salud (OMS)**, la **menopausia** viene marcada por el *fin de la menstruación*, que a su vez se debe a la pérdida de la función folicular de los ovarios, lo que significa que los ovarios dejan de liberar óvulos para que sean fecundados, y lo habitual en todo el mundo, aunque pudiese haber variaciones, es que las mujeres experimenten la menopausia natural entre los 45 y los 55 años; en México se ha visto que en promedio aparece a los 48 años.

Se considera que la menopausia se produce tras 12 meses consecutivos sin menstruación, siempre y cuando el final de la menstruación no se deba a ninguna otra causa fisiológica o patológica evidente ni a una intervención clínica.

A los signos y síntomas que se presentan en esta transición se les denomina **Síndrome Climatérico ("Climaterio"** del griego *climater*, que significa «peldaños o escalones») y los más característicos son los siguientes:

- **Enfermedad Cardiovascular:** Aumento en niveles de colesterol LDL (malo) y descenso en niveles de colesterol HDL (bueno).
- **Cambios en el Peso:** Aumento del mismo con acúmulo de grasa en la zona abdominal.
- **Osteoporosis:** Desmineralización ósea
- **Bochornos:** Sensación de sofocos
- **Síntomas Genitourinarios:** Sequedad y comezón vaginal, dolor al mantener relaciones sexuales, ardor al orinar, urgencia e incontinencia urinaria.
- **Manifestaciones Psicológicas:** Los niveles de serotonina (“la hormona de la felicidad”) disminuyen en la menopausia y la disminución de este neurotransmisor se asocia con cambios en el estado de ánimo, labilidad emocional, alteración del ciclo sueño-vigilia y disminución de la libido.



Y aunque si bien es cierto que si el descenso en la producción de estrógenos produce esta sintomatología, entonces el tratamiento sería la terapia de reemplazo hormonal, considerando siempre la sintomatología de la paciente y el riesgo-beneficio, esperando mejorar su calidad de vida, es imprescindible realizar una evaluación integral y realizar además, modificaciones en el estilo de vida.

Dentro de estos cambios, se deberá hacer énfasis en las siguientes medidas:

- 1** Vigilar el consumo de grasas.
  - *Limitar el consumo de grasas saturadas (grasas malas) que vamos a encontrar en alimentos fritos, empanizados, mantequilla, embutidos, quesos grasos y bollería*
  - *Asegurar la ingesta de grasas saludables como la que encontramos en el aceite de oliva, aguacate, pescados y frutos secos, ya que estas además tienen un importante efecto antiinflamatorio.*
  - *Tu médico y/o nutricionista te indicará si además de tu alimentación, sería ideal para ti la suplementación con Omega-3.*

- 2** Limitar el consumo de azúcares refinados.

- 3** Asegurar una adecuada ingesta de agua (que para la población promedio sería de 35ml/kg de peso) y por lo menos 30g de fibra al día, así como un adecuado aporte de proteína magra y alimentos de origen vegetal como frutas, verduras y legumbres.

- 4** Consumir una adecuada cantidad de calcio y vitamina D (la cual permite la correcta absorción del calcio)
  - *La mejor fuente de ambos micronutrientes son los lácteos como leche, yoghurt y quesos bajos en grasa*
  - *Otras fuentes pueden ser el pescado, las espinacas y los frutos secos como las almendras o avellanas.*
  - *Tu médico y/o nutricionista será quien indique, basado en estudios, si requieres suplementación de estos micronutrientes extra al aporte ya encontrado en tus alimentos.*

- 5** Más allá del peso, será importante vigilar y cuidar tu composición corporal, asegurando porcentajes saludables de grasa y músculo.

- 6** Realizar ejercicio
  - *Importante alcanzar por lo menos 150-200 minutos de actividad física a la semana, dando prioridad a ejercicios de fuerza.*

## 7 Evitar el alcohol y el tabaco.

### ¿Has escuchado hablar de los fitoestrógenos?

Se trata de sustancias de estructura similar a los estrógenos humanos que se comportan de forma parecida a estas hormonas y se encuentran presentes en los vegetales. Las isoflavonas constituyen la familia de fitoestrógenos más numerosa y estudiada y aunque estos se encuentran en todas las legumbres, la fuente más abundante es la semilla de soja y algunos de sus derivados como la harina, el tofu y el miso. También los puedes encontrar en cereales integrales, brócoli, coliflor, remolacha, alcachofas, frutos oleaginosos (lino, cacahuetes, sésamo, nueces), arándanos y uvas.

Potenciar el consumo de estos alimentos así como llevar a cabo las medidas antes descritas, podría impactar de manera positiva en los síntomas climatéricos como son los bochornos, la aparición de osteoporosis así como a cuidar tu salud cardiovascular.

## CONOCE NUESTROS PRODUCTOS

**THE BRAIN**  
**WELLNESS STORE**  
By Scholae Psychology



## FORMACIÓN EN ACCIÓN

### INICIO DEL DIPLOMADO:

### MÓDULO 1 – INTERVENCIÓN EN CRISIS Y ENLACE

Durante el mes de febrero, se llevó a cabo el Módulo 1 del Diplomado en Intervención en Crisis y Psicoterapia Breve de Emergencia, titulado “Intervención en Crisis y Enlace”. La sesión fue impartida por la Dtte. Lizette Salcedo, psicotraumatóloga y miembro fundador de Scholae Psychology, quien compartió su experiencia y conocimientos sobre el abordaje inicial en crisis, la importancia del primer contacto con el paciente y las estrategias clave para el enlace terapéutico.



En esta generación, recibimos a un grupo entusiasta de 14 alumnos, compuesto por estudiantes de psicología, psicólogos egresados, médicos y psiquiatras, quienes mostraron gran interés en fortalecer sus herramientas para la atención en situaciones de emergencia psicológica. La jornada estuvo marcada por una dinámica de aprendizaje activa, en la que los participantes pudieron reflexionar y aplicar los conceptos trabajados.

Con este primer módulo, damos inicio a una nueva generación de profesionales en formación, comprometidos con la atención oportuna en crisis. **¡Esperamos con entusiasmo los próximos encuentros!**



# JORNADA INTERNACIONAL DE TRAUMA PSICOLÓGICO Y PSIQUIATRÍA 2025

27 y 28 de junio  
2025  
Hilton Guadalajara Midtown

Nos complace anunciar que formaremos parte de la **Jornada Internacional de Trauma Psicológico y Psiquiatría 2025**, donde nuestra Directora Ejecutiva, la psicotraumatóloga **Lizette Salcedo González**, participará en un panel abordando la importancia de la intervención en crisis en la prevención del trauma psicológico.

Los invitamos a inscribirse y ser parte de este espacio de aprendizaje e intercambio profesional. ¡No se lo pierdan!

Inscripciones en:  
<https://www.traumaypsiquiatria.org>

## PRÓXIMOS EVENTOS ACADÉMICOS

### Asiste a nuestro curso:

Capacítate en el manejo de malas noticias desde la intervención en crisis



*Curso*

**INTERVENCIÓN Y  
ESTRATEGIAS PARA LAS  
MALAS NOTICIAS Y  
ELABORACIÓN DEL DUELO**  
PRESENCIAL



9:00 a  
13:00 hrs



sábado 22  
marzo 2025

**\$500**

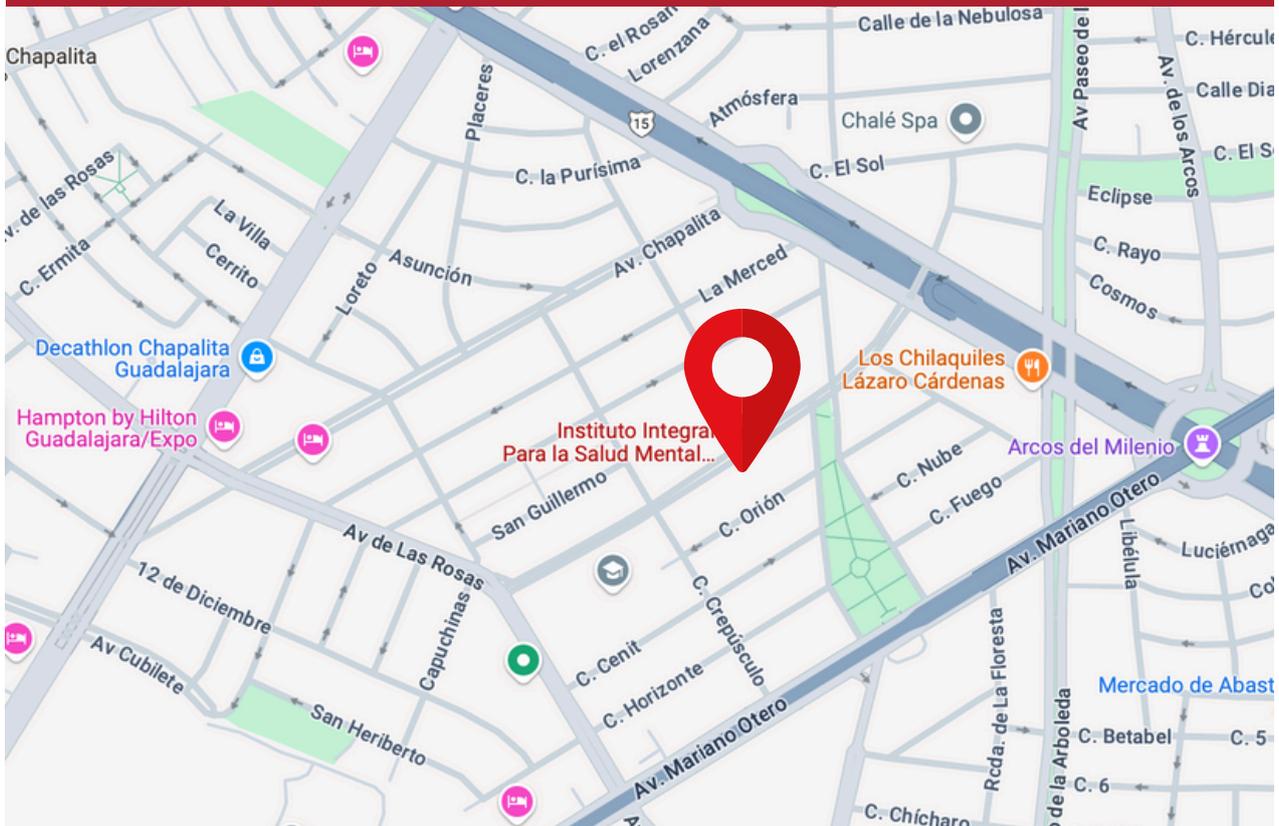


**INSCRIPCIONES  
33 23 70 98 78**

 Av. Tonantzin 1151, Jardines del Bosque, 44520 Guadalajara, Jal.



# CONTÁCTANOS



## Dirección

Avenida Tonantzin 1151, Jardines del Bosque, Gdl, Jal.



**SCHOLAE PSYCHOLOGY**

Educación y prevención en salud mental



## Whatsapp

3323709878



## Facebook

@scholaepsychology



## Página web

[www.scholaepsychology.com](http://www.scholaepsychology.com)