

El Hospital Schestakow y un taller para aprender a manejar la ansiedad y ataques de pánico

25/06/2025



En un contexto donde los problemas de salud mental afectan a un número creciente de personas, el Hospital Teodoro J. Schestakow pone en marcha una nueva edición del taller abierto al público para aprender a manejar crisis de ansiedad y ataques de pánico.

La propuesta, completamente gratuita, estará a cargo de la Licenciada Laura Hidalgo y se desarrollará en cuatro encuentros consecutivos, a partir del viernes 4 de julio a las 16 horas, en el Auditorio Central del hospital. La continuidad será los días 11, 18 y 25 de julio.

El taller apunta a brindar herramientas prácticas y teóricas para reconocer, comprender y afrontar episodios de ansiedad o pánico, situaciones que hoy forman parte de la vida cotidiana de muchas personas, independientemente de su edad o situación personal.

Las inscripciones pueden realizarse de manera presencial, en la Mesa de Entradas del área de Salud Mental, o bien online a través de un formulario digital (bit.ly/4k5y61L), facilitando así el acceso a quienes deseen participar.

Esta iniciativa se enmarca en una política de salud pública orientada a prevenir y acompañar los trastornos emocionales, reconociendo su creciente impacto social y la necesidad de abordarlos con responsabilidad y empatía