



Los peligros y las promesas de las redes sociales: Redes sociales y salud mental



Únase a nuestro seminario web en vivo el 10 de julio de 2024 a la 1:00 p. m. CT para aprender cómo el uso excesivo de las redes sociales puede afectar su salud mental y física, y cómo hacer una desintoxicación digital si es necesario. Escanee el código QR para registrarse ahora.

Este seminario web:

- Define el uso saludable frente al uso problemático de las redes sociales.
- Describe el impacto que las redes sociales pueden tener en su salud mental.
- Explica cómo lograr un equilibrio más saludable al usar las redes sociales.

Visite su sitio web para miembros para obtener más información.