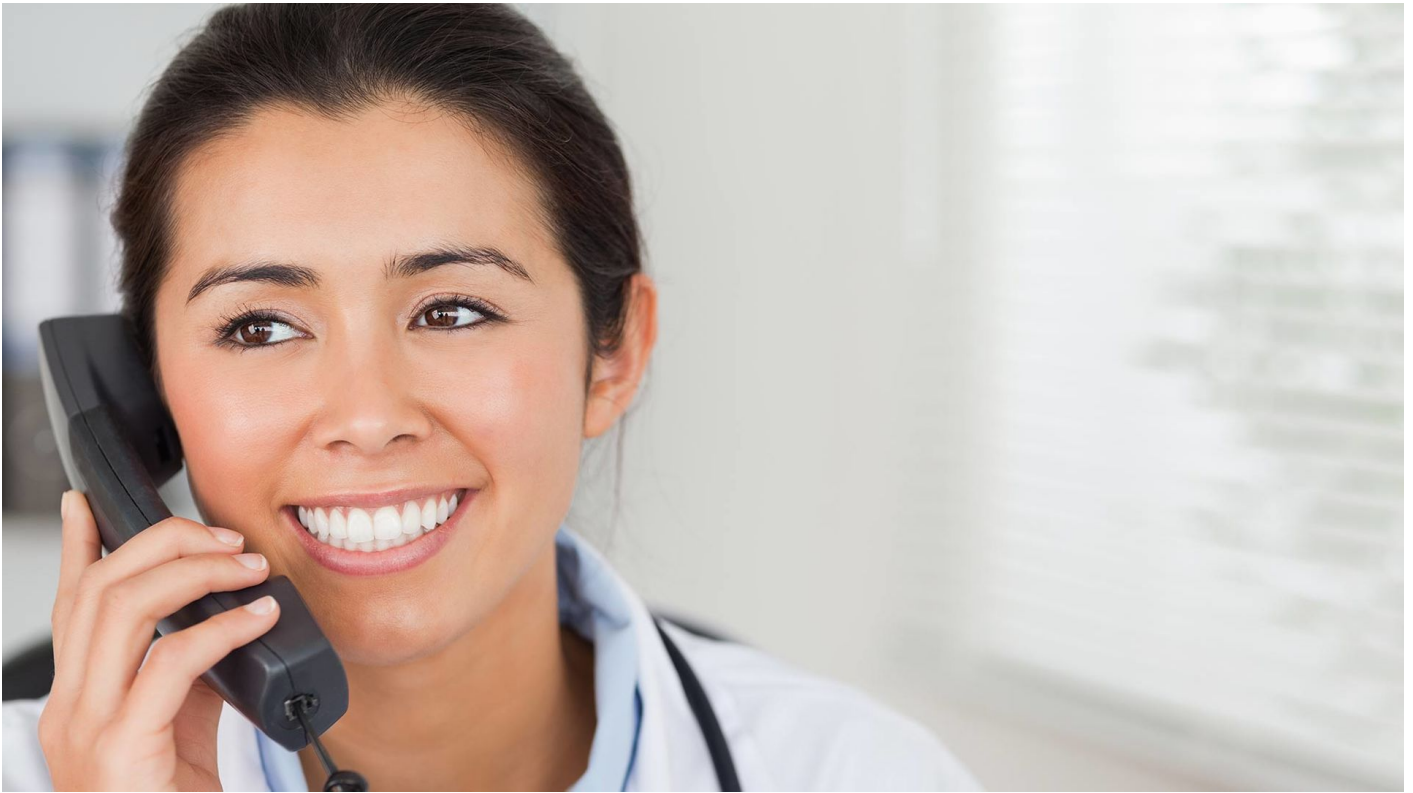


Estudiantes del Tec brindan ayuda emocional a través de línea gratuita



Más de **500 estudiantes** de la [Escuela de Medicina y Ciencias de la Salud](#) del **Tec de Monterrey** brindan **asesoría gratuita** a la población en **psicología, medicina y nutrición**, ante la situación del **COVID-19**.

En esta iniciativa participan alumnos de las carreras de [Psicología Clínica y de la Salud](#), [Nutrición y Bienestar Integral](#), y [Medico Cirujano](#),

Jorge Martínez, director asociado de División Ciencias de la Salud del Tec, explicó a CONECTA que esta **consejería virtual** está **asesorada siempre por los profesores**.

*“Es un servicio de consejería en estas 3 áreas que consiste en ayudar dentro lo que se puede hacer a distancia, ya sea por una **llamada telefónica** o una **conexión de Zoom**”.*

Los estudiantes brindan asesoría gratuita en psicología, medicina y nutrición



width="900" loading="lazy">

Llama:

En Monterrey: 81 88 88 21 65 / 81 88 88 21 51

En Gdl: 33 38 18 67 21 / 33 38 18 67 23

En CDMX: 55 54 83 23 27

ALUMNOS AYUDANDO DESDE SUS CASAS

Fue por las medidas de prevención del [COVID-19](#) que los estudiantes en sus últimos semestres tuvieron que salir de las áreas clínicas y resguardarse en sus hogares.

*“La idea aquí era: **'soy alumno en la etapa clínica, quiero ayudar, pero no tengo cómo porque estoy en mi casa'**; entonces los profesores **buscamos una alternativa para generar atención remota**”, dice Martínez.*

En el **servicio de consejería**, los estudiantes dan **recomendaciones, resuelven dudas o inquietudes** de las personas; **todo, con la asesoría de sus profesores.**

La **supervisión** se realiza a través de un formato que llenan las personas que **piden una cita**, con el que estudiantes y profesores generan una **estrategia de atención.**

*“Las personas van a contestar una serie de cuestionamientos que nos sirven para **conocer el caso.***

*“El alumno va a recibir esa información y la va a discutir con su profesor de manera que haya un **plan de abordaje** de lo que se va a platicar con la persona.*

*“Hay una **supervisión antes, durante y después de la consejería**”, comenta.*

Además, con esa información pueden evaluar si el caso requiere de una atención mayor para referir a la persona a un hospital o con un especialista.

EL ESFUERZO DE VIVA VOZ

Carolina Gaitán, estudiante de psicología del Tec de Monterrey, cuenta **cómo ayudó a una mujer** a relajarse y encontrar **tranquilidad mental mediante una videollamada**.

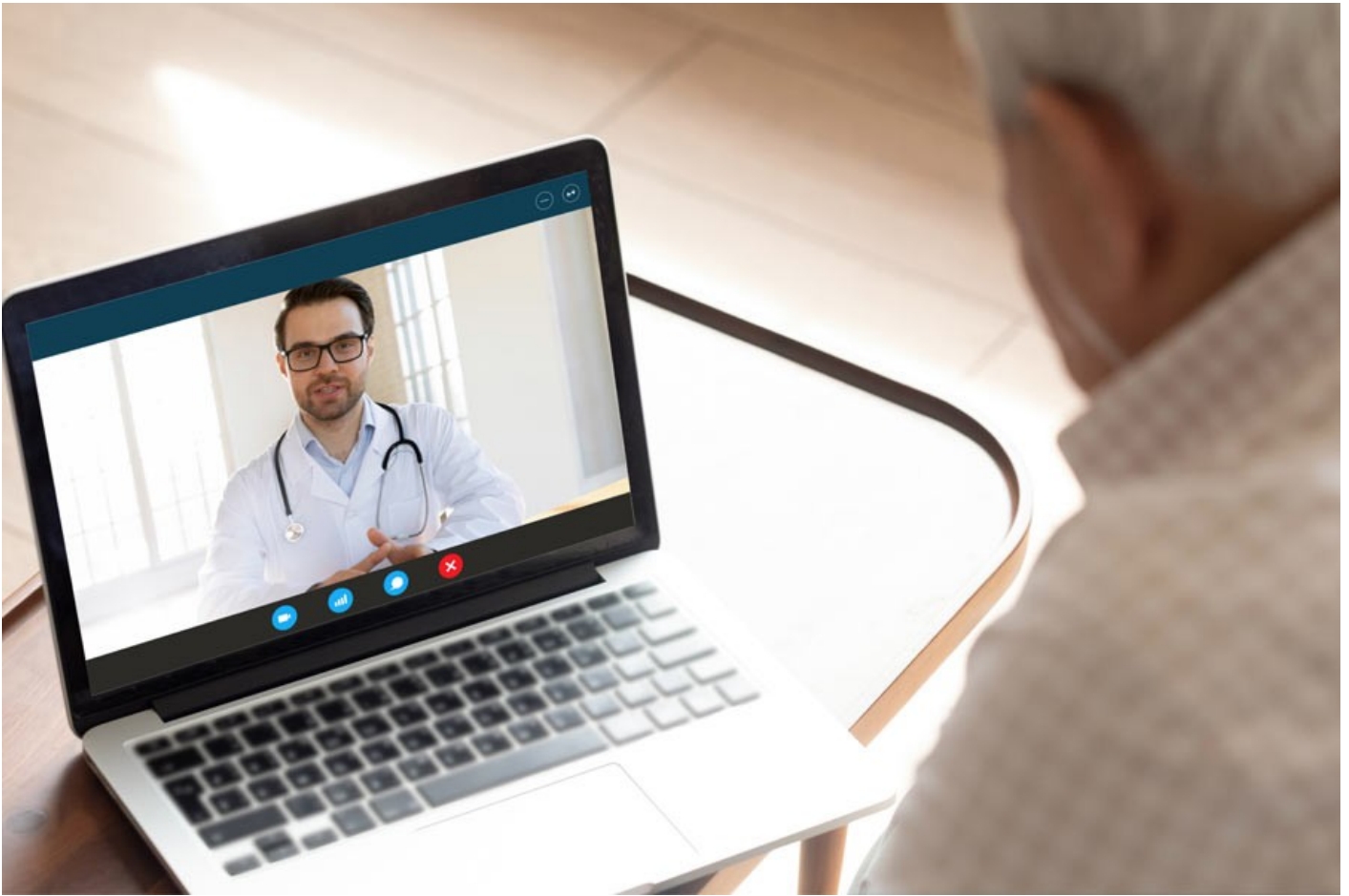
En esta intervención, la alumna de Psicología Clínica y de la Salud asegura que logró que la mujer **descubriera recursos dentro de ella** para afrontar de mejor manera la situación que vivía.

*“Al final de la llamada, la noté **tranquila, esperanzada y reflexiva**”, platicó para **CONECTA**.*

*“Trabajamos en equipo de manera **multidisciplinaria** para abordar desde diferentes perspectivas los problemas de las personas, así, pueden sentir que no están solas y que las estamos apoyando”.*

Aplaudió la adaptación que hubo para poder continuar con sus **prácticas clínicas** y apoyar a través de su carrera profesional.

*“Creo que es muy **solidario** y una gran oportunidad para nosotros el poder **ayudar a la comunidad**”, consideró.*



width="900" loading="lazy">

¿NECESITAS ASISTENCIA? LLAMA AQUÍ

El director explicó que para recibir el servicio primero se tiene que **agendar una cita** a través de los números de contacto en las **Escuelas de Medicina y Ciencias de la Salud**:

- Zona **Norte** (campus Monterrey) al **81 88 88 21 65** y al **81 88 88 21 51**
- Zona **Occidente** (campus Guadalajara) al **33 38 18 67 21** y **33 38 18 67 23**
- Zona **Ciudad de México** (Valle de México) al **55 54 83 23 27**

“Nuestros puntos de contacto en las escuelas tienen una **programación (agenda)** con la información de los estudiantes que están disponibles ciertos días en **horario matutino**”, agregó Martínez.

En caso de ser necesario -por una **situación de urgencia**-, sin embargo, se puede dar asistencia a las personas en ese mismo momento, aclaró.

Llama:

En Monterrey: 81 88 88 21 65 / 81 88 88 21 51

En Gdl: 33 38 18 67 21 / 33 38 18 67 23

En CDMX: 55 54 83 23 27

Y SI ERES DE LA COMUNIDAD TEC...

Recuerda que si eres alumno, colaborador o familiar directo de ellos, puedes usar el servicio **TQueremos**, parte de [Cuida tu Mente](#).

- Tel: [800 8139 500](tel:8008139500)
- Web: tec.orienta-me.com
- App: Orienta (tanto en iOS como en Android - entrar con la nómina o matrícula del estudiante o colaborador)



width="900" loading="lazy">

SEGURAMENTE QUERRÁS LEER TAMBIÉN:

ESTE ES EL ESPECIAL DE CONECTA CON NOTAS SOBRE EL CORONAVIRUS:

Y EL ESPECIAL DE CONECTA CON NOTAS SOBRE LA CUARENTENA: