

# ¿Qué esperar después de hacer mi registro?

## Registro en la página de Acción UNAM

El **personal** de los CIJs se pondrá en contacto a través del número al **55 55 45 12 12** vía llamada o Whatsapp (Lun-vie 8am-10pm), o bien usted puede llamar al mismo teléfono (Lun-jue 8am-6pm)

En este **primer contacto** se le dará el nombre del/la psicólogo/a que va a contactarle en un tiempo aproximado de **48 horas**.

Una vez que reciba el contacto por parte de su psicólogo/a se asignará la **fecha, hora y modalidad** de su próxima cita.

### Entrevista inicial

Se identifican sus necesidades de atención

### Exploración médica

Se realiza una historia clínica.

### Estudio socioeconómico

Conocer la situación en la que usted se encuentra.

### Sesión con psicólogo/a



**Centros de Integración Juvenil, A.C.**

**55-55-45-12-12**



**Centros de Integración Juvenil, A.C.**

La Universidad Nacional Autónoma de México en colaboración con los Centros de Integración Juvenil (CIJ), AC.

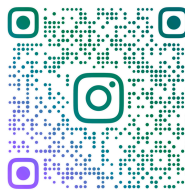
a través del programa:

**acción**  
UNAM

ofrecen:

**Apoyo psicológico gratuito vía remota y presencial**

Para mayor información ingrese a:



MOVILIDADHUMANAYDIGNA

## ¿Qué es Acción UNAM?

Una página web que le permite solicitar apoyo psicológico con un profesional de manera segura y totalmente gratuita.



## ¿Para quién es?

Está dirigido **únicamente** a mujeres y hombres mayores de 18 años que por diversos motivos se hayan alejado de su país.



## ¿Por qué es importante recibir apoyo psicológico?

La migración puede traer momentos de estrés, cansancio, enojo y desesperación. Es recomendable expresar lo que sentimos y pensamos para tener un estado de ánimo que permita continuar con el día a día de la mejor manera posible.



## ¿Quiénes proporcionan la atención?

Los psicólogos que forman parte de Centros de Integración Juvenil (CIJs).



## ¿Qué es?

Una Asociación Civil mexicana incorporada al Sector Salud que reúne especialistas en Salud Mental y Consumo de Sustancias Psicoactivas.

## ¿Cuál es la modalidad de atención?

Primordialmente en línea, pero también es posible realizarla de manera presencial.



## ¿Cuántas sesiones tendrá con el/la psicóloga?

El/la psicóloga le comentará el número específico de sesiones, con el objetivo de abordar de manera integral su tema de interés.



## ¿Cómo puede registrarse para solicitar apoyo psicológico?

Ingrese al siguiente QR o la siguiente página para registrarse y llenar un breve formulario

[accionmigrante.unam.mx](https://accionmigrante.unam.mx)



Después contestará un cuestionario con una duración menor a **10 minutos**.

En el cuestionario se le preguntará sobre:

- Su edad, nacionalidad, nivel de estudios entre otros.
- Su estado de ánimo durante estas dos semanas.
- Otros datos sobre su salud mental.

Tras haber completado el formulario, se le solicitará su **consentimiento** para que un psicólogo/a le contacte.

**Escanea el siguiente código para poder ver el tutorial de cómo registrarte**

