



Costa Rica superando el covid-19

## Foro virtual: Salud mental en la crisis del coronavirus

19 de Mayo 2020 Por: [Johan Umaña Venegas](#) [1]

**Viernes 22 de mayo, a las 3 p.m.**

La crisis provocada por el covid-19 y los cambios obligados en la sociedad, como el teletrabajo, el confinamiento, el estudio a distancia y el impacto en la economía, ha afectado la salud mental de todas las personas.

Para transmitir consejos profesionales y responder dudas respecto a los retos que nos impone esta pandemia, se desarrollará el **foro virtual: Salud mental en la crisis del coronavirus**.

La actividad se desarrollará este **viernes, a las 3 p.m., por medio de un Facebook Live** en la [página del Tecnológico de Costa Rica \(TEC\)](#). [2]

Participarán **expertas del Departamento de Orientación y Psicología (DOP)** y se tratarán, entre otros, los siguientes temas:

- **Convivencia familiar**
- **Manejo del estrés**
- **Autocuidado**
- **Adecuación al teletrabajo y estudio a distancia**

### **Especialistas participantes:**

- **Máster Mariela Azurdia Molina,**  
Psicóloga, asesora psicoeducativa.
- **Licda. Karen Fallas Corrales,**  
Psicóloga, asesora psicoeducativa.

Este foro forma parte de la ronda de charlas informativas “**Costa Rica superando el Covid-19**”<sup>[3]</sup>, en las que especialistas del TEC responden consultas del público en general.

### **Foro anterior: Medidas de reactivación económica y pequeñas empresas**

Lista de reproducción: Costa Rica superando el covid-19<sup>[3]</sup>

---

**Source URL (modified on 06/03/2020 - 08:58):** <https://www.tec.ac.cr/hoyeneltec/node/3613>

#### **Enlaces**

[1] <https://www.tec.ac.cr/hoyeneltec/users/johan-umana-venegas>

[2] <https://www.facebook.com/tecnologicoscostarica/?eid=ARATbbUWrWt58ws72WSC5ApUgQBD4Ty00z4oI4RjwPRPUmrY>

[3] <https://www.facebook.com/watch/tecnologicoscostarica/658349784961079/>