

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 [3] ", 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 [3]

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/tecnologicocostarica/?eid=ARATbbUWrWt58ws72WSC5ApUgQBD4Ty00z4oI4RjwPRPUmr\[3] https://www.facebook.com/watch/tecnologicocostarica/658349784961079/