



# Mes de la Salud Mental



## PROGRAMA DE ACTIVIDADES

### Foro: Perspectiva de género y lenguaje inclusivo

Fecha: jueves, 1 octubre 2020

Hora: 10:30 am

Recursos: Dr. Gilberto Herrera Silva, Psicólogo, UPRAG  
Dra. Gypsy Ríos Serrano, Psicóloga, UPRAG

Dirigido a: **Estudiantes y Empleados**

Plataforma: Google Meet

Registro: [Aquí](#)

### Panel: Fortaleciendo la salud mental durante la pandemia: Resiliencia y destrezas de afrontamiento

Fecha: martes, 6 de octubre de 2020

Hora: 10:30 am

Recursos: Profa. Sara Paredes Vélez, UPRAG  
Dr. Gilberto Herrera Silva, Psicólogo, UPRAG  
Dra. Maritza Peña Hernández, Consejera Profesional, UPRH  
Marilis Loperena Vélez, Interna Doctoral en Psicología en la UPRAG  
Juan J. Guerra Rodríguez, Interno Doctoral en Psicología en la UPRAG

Moderadora: Profa. Julia Alicea Campos, Trabajadora Social, UPRH

Dirigido a: **Estudiantes y Empleados**

Plataforma: ZOOM

Registro: [Aquí](#)

### Conferencia: Manejo de ansiedad en la vida universitaria durante la pandemia

Fecha: martes, 13 octubre de 2020

Hora: 10:30 am

Recursos: Dra. Gypsy Ríos Serrano, Psicóloga, UPRAG  
Dra. Grace Astacio Olmeda, Psicóloga, UPRH

Población a impactar: Estudiantes de Nuevo Ingreso de la UPR de Aguadilla y Humacao

Plataforma: ZOOM

Registro: [Aquí](#)

### Conversatorio: La autolesión sin intención suicida

Fecha: jueves, 15 octubre de 2020

Hora: 10:30 am

Recursos:

Dra. Karen Bonilla Silva, Psicóloga, UPR Río Piedra  
Dra. María de los Ángeles Burgos Carrión, Psicóloga, UPR Río Piedras

**Estudiantes:**

Brenda T. Ferrer Lassalle, UPR Aguadilla,  
Yairenid Almestica, UPR Humacao  
Jesmarie Aulí Collado, UPR Río Piedras

Población a impactar: **Estudiantes de la UPR de Aguadilla, Humacao y Río Piedras**

Plataforma: ZOOM

Registro: [Aquí](#)

### Conferencia: El manejo efectivo del tiempo como herramienta para manejar el estrés en tu rol de estudiante o cuidador

Fecha: martes, 20 de octubre de 2020

Hora: 10:30 am

Recursos: Profa. Sara Paredes Vélez, Consejera Profesional, UPRAG  
Dra. Maritza Peña Hernández, Consejera Profesional, UPRH  
Marilis Loperena Vélez, Interna Doctoral en Psicología en la UPRAG  
Juan J. Guerra Rodríguez, Interno Doctoral en Psicología en la UPRAG

Población a impactar: **Estudiantes y Empleados**

Plataforma: ZOOM

Registro: [Aquí](#)

### Conferencia: La autolesión sin intención suicida

Fecha: jueves, 22 octubre 2020

Hora: 10:30 am

Recurso: Dr. Gilberto Herrera Silva, Psicólogo, UPRAG

Población a impactar: **Personal docente y no docente de la UPR de Aguadilla y Humacao**

Plataforma: ZOOM

Registro: [Aquí](#)

### Conferencia: Resiliencia y adaptación ante cambio inesperado

Fecha: jueves, 29 de octubre de 2020

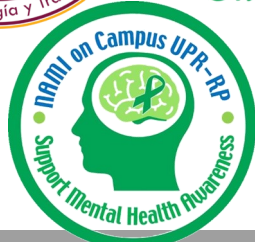
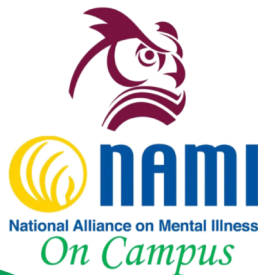
Hora: 10:30am

Recurso: Sra. Karol Pérez, Trabajadora Social, Hospital Panamericano

Población a impactar: **Estudiantes y empleados de la UPR de Aguadilla y Humacao**

Plataforma: ZOOM

Registro : [Aquí](#)



Para información escriba a: [julia.alicea@upr.edu](mailto:julia.alicea@upr.edu)