



## XV Exposición Tecnológica y Científica – ETyC 2017

### “Turismo Sostenible para el Desarrollo”

19 al 21 de septiembre

#### Formulario Disertante Charla Temática

<b>Título de la disertación:</b>	<b>Salud Mental en el Universitario</b>		
Duración prevista: <b>1 hora</b>	Lugar: <b>Aula D01 – Bloque D – Planta baja</b>		
Fecha: <b>Miércoles 20/09</b>	Horario: <b>14:00 a 15:00</b>		

<b>Disertante</b>			
Nombre y Apellido		<b>Martin María Moreno Giménez</b>	
Grado Académico		Dr. en Ciencias Médicas	
Institución a la que representa		<b>Facultad de Ciencias Medicas – Universidad Nacional de Asunción</b>	
Tel. Part.	(021) 29 13 68	Tel. Ofic.	(0961) 74 44 22
Tel. Móvil			
E-mail:	<a href="mailto:m3g@tigo.com.py">m3g@tigo.com.py</a>		
<b>Breve Currículo:</b>			
Dr. en Medicina y Cirugía. Certificado de psiquiatra por la Sociedad Paraguaya de Psiquiatría. Especialista en psiquiatría infantojuvenil. Profesor Adjunto de la Cátedra de Psiquiatría de FCM-UNA. Prof. Adjunto de la Cátedra de Psicología Médica de FCM-UNA. Prof. Adjunto de Trastornos Sicosomáticos Facultad de Filosofía-UNA. Docente de la cátedra de entrevista en la UCA. Ex presidente de la Sociedad Paraguaya de Psiquiatría. Certificado como Terapeuta Sistémico por Asociación Paraguaya de Psicoterapia Sistémica. Director de Psicodrama. Coordinador de Hogares Sustitutos, por la Dirección de Salud Mental - MSP y BS.			

#### RESUMEN de la disertación:

##### SALUD MENTAL EN LA VIDA UNIVERSITARIA.

Se define la Salud Mental como la capacidad de las personas y de los grupos, sin distinción de raza, religión, género, edad, ideología política, o condición económica y social. En esta propuesta se incluye una definición de la mente y su implicancia en la confianza, la autoestima, la participación y la productividad como aspectos que se relacionan intensamente con la salud mental.

Esta cobra importancia en el contexto universitario, pues implica un ámbito en el cual sus ingresantes y participantes de la vida universitaria desarrollaran nuevas destrezas y afrontamientos que implicarán aspectos favorable o no para la salud mental de los mismos.

Como objetivos se plantea definir a la salud mental, comprender su implicancia en la funcionalidad personal, diferenciar los momentos críticos de la vida como oportunidades de desarrollo, contextualizar la importancia del cuidado de la salud mental en la vida universitaria.

Al inicio a los participantes se les entregará una hoja en la que pregunta ¿Cómo usted cuida su salud mental?

Luego al culminar este material se utilizará para una exposición de indicadores de salud mental, su relación entre la salud mental y el estrés, sus factores protectores y sus factores de riesgo.

Se desarrollaran técnicas de relajación para mostrar propuestas de mitigación del estrés

Culminará con una ronda de preguntas y respuestas.