

Objetivo: Diseñar una solución para un problema.



ACTIVIDAD:

1. LEE EL SIGUIENTE ARTICULO INFORMATIVO.

Dra. Graciela Rojas sobre salud mental y avance del COVID-19:

"Es normal frente a esta situación sentir algo de angustia y miedo"

En medio de la crisis sanitaria mundial y local que estamos atravesando por el avance del COVID-19, la Dra. Graciela Rojas, psiquiatra y directora del Hospital Clínico de la U. de Chile (HCUCH), realizó una transmisión en vivo a través del canal de Youtube de nuestro plantel, para conversar sobre los efectos y recomendaciones que debemos tomar en materia de salud mental en este escenario. "Tener una sensación de comunidad es muy importante en estos casos", dijo la especialista quien respondió numerosas preguntas de quienes se unieron la transmisión.

"Esta es una situación extremadamente estresante para toda la población chilena. No es raro que hoy nos encontremos con que la gran mayoría presente en estos días síntomas ansiosos y síntomas depresivos, porque hoy estamos ante una amenaza, ante un evento que es muy estresante. Además, la población chilena viene con otros eventos en el pasado reciente, como lo fue el estallido social, que también nos tenía un poco angustiados", señaló la **Profesora Titular de la Facultad de Medicina, Graciela Rojas**, al comenzar su conversación sobre salud mental en tiempos de COVID-19, en una [transmisión en línea](#) a través de Youtube.



- Al leerlo nos damos cuenta que las personas de nuestro país e incluso nuestros familiares y amigos tienen una necesidad emocional de tranquilidad y estabilidad, es por eso que hoy te presento el siguiente desafío.

2. Confecciona un afiche con **un mensaje positivo y de ánimo**, dedicado a las personas de nuestro país.

Instrucción:

- A. Selecciona los materiales que necesitaras, puedes reutiliza los materiales que tengas en tu hogar.
- B. Busca una frase motivacional o puedes crearla desde tus pensamientos.
- C. Busca imágenes, recortes de revistas o libros que no ocupes para decorar , o ilustrar tu frase.
- D. Importante ,utiliza tu gran imaginación y mezcla de colores para crear un afiche motivador.
- E. Sácate una fotografía con el afiche y envíalo al correo y a una persona que lo necesite.

EJEMPLO



Autoevaluación: Responde detrás de tu afiche.

- 1. ¿Cómo me sentí con la actividad?
- 2. ¿Qué debería mejorar frente a esta actividad?
- 3. ¿Cuáles fueron mis dificultades?
- 4. ¿Cómo le di solución a mi dificultad?

