

PROGRAMACIONES CONFERENCIAS, TALLERES Y CHARLAS

FACULTAD DE MEDICINA VETERINARIA Y ZOOTECNIA

2026

PROGRAMA

Promoción e Información en Estilo de Vida Saludable (PIVS)

Área de Salud de la Unidad de Bienestar y Desarrollo Estudiantil,

ESTUDIANTES

SEGUNDO SEMESTRE



FECHA	TEMA	Estudiantes
Agosto 5	<i>Sexualidad responsable</i>	
Agosto 19	<i>Prevención del acoso sexual</i>	
Sept. 2	<i>Seamos libres de adicciones</i>	
Sept. 30	<i>Comunicación saludable</i>	

Planificación Mensual De Talleres Psicoeducativos

Mes de Planificación: Agosto, 2026
Estudiante de EPS (Responsable): Lidia Sofía Ramírez Morán
Supervisor de EPS: Licenciado Estuardo Espinoza
Licenciada Encargada de Unidad: Licenciada Alicia Urizar
Población Meta General: Estudiantes de la Facultad de Medicina Veterinaria y Zootecnia (FMVZ-USAC)

Fecha / Hora y Modalidad	Nombre del Taller y Objetivos	Conceptos Psicológicos a Desarrollar	Materiales y Recursos	Facilitador Responsable	Evaluación / Observaciones
Jueves 20/08/2026 15:00 – 16:00 hrs	Taller 5 : Mi cabeza no se apaga: sobre pensamiento y preocupación. Objetivo: Brindar a los	Sobrepensamiento Preocupación Rumiación	Facilitador: • Computadora y presentación	Lidia Sofía Ramírez Morán Duración: 60 minutos	• Indicador: El hecho de que los participantes puedan identificar el

Modalidad: Virtual	participantes herramientas psicológicas para identificar y comprender los patrones de sobrepensamiento y preocupación, favoreciendo el desarrollo de estrategias de regulación emocional y afrontamiento ante situaciones que generan malestar.	Pensamientos automáticos Relación pensamiento, emoción y conducta Círculo de control	de canva Participantes: • Lapiceros y cuaderno		sobrepensamiento, la preocupación, rumiación y reconocer ciertas estrategias para manejar los pensamientos repetitivos. • Instrumento: Por medio de cuestionarios de la plataforma de Google Forms.
Jueves 27/08/2026 Modalidad: Virtual	Taller 6: Tolerancia a la frustración: cuando las cosas no salen como esperaba. Objetivo: Fortalecer la capacidad de los participantes para reconocer, comprender y manejar la frustración ante situaciones cotidianas, académicas y laborales, mediante el desarrollo de estrategias de regulación emocional y afrontamiento adaptativo.	Frustración Tolerancia a la frustración Expectativas y exigencias Rigidez cognitiva Pensamientos rígidos Aceptación Regulación emocional Afrontamiento	Facilitador: • Presentación en canva y computadora Participantes: • Cuaderno y lapicero	Lidia Sofía Ramírez Morán Duración: 60 minutos	• Indicador: Que los participantes puedan identificar situaciones que generan frustración, reconocer pensamientos y emociones asociados y poder aplicar algunas estrategias de regulación emocional.

					• Instrumento: Por medio de cuestionarios de la plataforma de Google Forms.
--	--	--	--	--	---

Metodología y Consideraciones Generales:

- 1. Los talleres se planifican con un enfoque eminentemente psicoeducativo y participativo, promoviendo la co-creación mediante recolección de necesidades vía Google Forms.
- 2. Se alternará la facilitación equitativamente entre los estudiantes de EPS para garantizar homogeneidad en la intervención.
- 3. En caso de variaciones de horario por actividades oficiales de la FMVZ-USAC, las reprogramaciones serán notificadas previamente a las autoridades de supervisión.

f. 
Lidia Sofia Ramirez Morán
Epesista

Universidad De San Carlos De Guatemala
Centro Universitario Metropolitano
Escuela de Ciencias Psicológicas
Departamento de Ejercicio Profesional Supervisado

Facultad De Medicina Veterinaria Y Zootecnia
Unidad De Atención Psicológica

Planificación Mensual De Talleres Psicoeducativos

Mes de Planificación: Septiembre, octubre, noviembre del 2026
Estudiante de EPS (Responsable): Luis Pablo Conde Navarro
Supervisor de EPS: Licenciado Estuardo Espinoza
Licenciada Encargada de Unidad: Licenciada Alicia Urizar
Población Meta General: Estudiantes de la Facultad de Medicina Veterinaria y Zootecnia (FMVZ-USAC)

Fecha / Hora y Modalidad	Nombre del Taller y Objetivos	Conceptos Psicológicos a Desarrollar	Materiales y Recursos	Facilitador Responsable	Evaluación / Observaciones
Martes, 08/09/2026 3:00 pm Modalidad:	Taller: Estrategias de Autocuidado y Prevención del Burnout	- Síndrome de Burnout - Factores de protección - Higiene mental	Facilitador: - Computadora - Presentación en Canva	Luis Pablo Conde Navarro Duración: 60 minutos	• Indicador: Que los participantes logren identificar los conceptos

Virtual mediante videollamada por Google Meet.	Objetivo: Promover hábitos de preservación de la salud mental y emocional para prevenir el agotamiento provocado por la carga cotidiana.	Autocuidado integral.	Participantes: Cuaderno y lapicero.		psicologicos explicados durante el taller. • Instrumento: Cuestionario mediante Google forms
Martes, 22/09/2026 3:00 pm Modalidad: Virtual mediante videollamada por Google Meet	Taller: Toma de Decisiones y Solución de Problemas Objetivo: Desarrollar habilidades analíticas para afrontar dilemas e imprevistos mediante elecciones informadas y conscientes.	- Locus de control (interno y externo) - Pensamiento crítico - Sesgos cognitivos - Afrontamiento enfocado en el problema.	Facilitador: - Computadora - Presentación de Canva Participantes: - Cuaderno y lapicero.	Luis Pablo Conde Navarro Duración: 60 minutos	• Indicador: Que los participantes logren identificar los conceptos psicológicos explicados durante el taller. • Instrumento: Cuestionario mediante Google forms
Martes, 06/10/2026 3:00 pm Modalidad:	Taller: Establecimiento de Límites y Autonomía Personal Objetivo: Reconocer	- Autonomía - Dependencia vs. Codependencia - Espacio personal - Asertividad	Facilitador: - Computadora - Presentación de Canva	Luis Pablo Conde Navarro Duración: 60 minutos	• Indicador: Que los participantes logren identificar los conceptos

Virtual mediante videollamada por Google Meet	la importancia de la individualidad y el respeto mutuo en los vínculos afectivos y sociales.	relacional.	Participantes: Cuaderno y lapicero.		psicológicos explicados durante el taller. Instrumento: Cuestionario mediante Google forms
Martes, 20/10/2026 3:00 pm Modalidad: Virtual mediante videollamada por Google Meet	Taller: Comunicación Asertiva y Resolución de Conflictos Objetivo: Entrenar en estilos de comunicación directa para resolver desacuerdos interpersonales de forma constructiva.	- Estilos de comunicación - Empatía - Escucha activa - Mediación.	Facilitador: - Computadora - Presentación de Canva Participantes: - Cuaderno y lapicero.	Luis Pablo Conde Navarro Duración: 60 minutos	- Indicador: Que los participantes logren identificar los conceptos psicológicos explicados durante el taller. - Instrumento: Cuestionario mediante Google forms
Martes, 03/11/2026 3:00 pm Modalidad: Virtual mediante	Taller: Resiliencia y Planificación Futura Objetivo: Promover la capacidad de adaptación ante las adversidades y la formulación de metas	- Resiliencia - Sentido de vida - Orientación al logro	Facilitador: - Computadora - Presentación de Canva Participantes: - Cuaderno y	Luis Pablo Conde Navarro Duración: 60 minutos	Indicador: Que los participantes logren identificar los conceptos psicológicos explicados

videollamada por Google Meet	personales a mediano y largo plazo.		lapicero.		durante el taller. Instrumento: Cuestionario mediante Google forms
------------------------------	-------------------------------------	--	-----------	--	--

Metodología y Consideraciones Generales:

1. Los talleres se planifican con un enfoque eminentemente psicoeducativo y participativo, promoviendo la co-creación mediante recolección de necesidades vía Google Forms.
2. Se alternará la facilitación equitativamente entre los estudiantes de EPS para garantizar homogeneidad en la intervención.
3. En caso de variaciones de horario por actividades oficiales de la FMVZ-USAC, las reprogramaciones serán notificadas previamente a las autoridades de supervisión.

f. 
Luis Pablo Conde Navarro
Epesista