



5-2006

## SP670-H-La Depresión

The University of Tennessee Agricultural Extension Service

Follow this and additional works at: [http://trace.tennessee.edu/utk\\_agexheal](http://trace.tennessee.edu/utk_agexheal)

---

### Recommended Citation

"SP670-H-La Depresión," The University of Tennessee Agricultural Extension Service, SP670H-3M-5/06 R12-5310-027-004-06, [http://trace.tennessee.edu/utk\\_agexheal/11](http://trace.tennessee.edu/utk_agexheal/11)

The publications in this collection represent the historical publishing record of the UT Agricultural Experiment Station and do not necessarily reflect current scientific knowledge or recommendations. Current information about UT Ag Research can be found at the [UT Ag Research website](#). This Consejo de Salud en Español is brought to you for free and open access by the UT Extension Publications at Trace: Tennessee Research and Creative Exchange. It has been accepted for inclusion in Health, and Fitness by an authorized administrator of Trace: Tennessee Research and Creative Exchange. For more information, please contact [trace@utk.edu](mailto:trace@utk.edu).

## La Depresión

Es más que estar triste. Es una enfermedad. Infórmese. Proteja su salud.

### La depresión

- ☀ Puede afectar hombres, mujeres, jóvenes, personas mayores y personas de cualquier grupo étnico o raza
- ☀ Es una enfermedad muy común
- ☀ Es una enfermedad tratable

### ¿Tiene usted algunas de las señales de depresión?

- ☀ Estado de animo persistentemente triste, ansioso, o “vacío”
- ☀ Pérdida de interés o de placer al hacer actividades que antes disfrutaba
- ☀ Inquietud o irascibilidad
- ☀ Dificultad al concentrarse, con la memoria o para tomar decisiones
- ☀ Sentimientos de culpabilidad o vergüenza
- ☀ Dormir muy poco o demasiado
- ☀ Cambio de peso
- ☀ Pensamientos sobre la muerte o el suicidio
- ☀ Fatiga o pérdida de energía
- ☀ Síntomas físicos recurrentes e inexplicables

## La Depresión

Es más que estar triste. Es una enfermedad. Infórmese. Proteja su salud.

### La depresión

- ☀ Puede afectar hombres, mujeres, jóvenes, personas mayores y personas de cualquier grupo étnico o raza
- ☀ Es una enfermedad muy común
- ☀ Es una enfermedad tratable

### ¿Tiene usted algunas de las señales de depresión?

- ☀ Estado de animo persistentemente triste, ansioso, o “vacío”
- ☀ Pérdida de interés o de placer al hacer actividades que antes disfrutaba
- ☀ Inquietud o irascibilidad
- ☀ Dificultad al concentrarse, con la memoria o para tomar decisiones
- ☀ Sentimientos de culpabilidad o vergüenza
- ☀ Dormir muy poco o demasiado
- ☀ Cambio de peso
- ☀ Pensamientos sobre la muerte o el suicidio
- ☀ Fatiga o pérdida de energía
- ☀ Síntomas físicos recurrentes e inexplicables

## La Depresión

Es más que estar triste. Es una enfermedad. Infórmese. Proteja su salud.

### La depresión

- ☀ Puede afectar hombres, mujeres, jóvenes, personas mayores y personas de cualquier grupo étnico o raza
- ☀ Es una enfermedad muy común
- ☀ Es una enfermedad tratable

### ¿Tiene usted algunas de las señales de depresión?

- ☀ Estado de animo persistentemente triste, ansioso, o “vacío”
- ☀ Pérdida de interés o de placer al hacer actividades que antes disfrutaba
- ☀ Inquietud o irascibilidad
- ☀ Dificultad al concentrarse, con la memoria o para tomar decisiones
- ☀ Sentimientos de culpabilidad o vergüenza
- ☀ Dormir muy poco o demasiado
- ☀ Cambio de peso
- ☀ Pensamientos sobre la muerte o el suicidio
- ☀ Fatiga o pérdida de energía
- ☀ Síntomas físicos recurrentes e inexplicables



## Busque Ayuda Ahora

Si usted o un ser querido tiene señales de depresión que duran más de 2 semanas o afectan su habilidad para hacer las cosas que necesita hacer, debe consultar con un médico. La depresión es una enfermedad y debe ser atendida por un médico. Hay tratamientos efectivos para la depresión. No es necesario sufrir más. Busque ayuda ahora.



## Busque Ayuda Ahora

Si usted o un ser querido tiene señales de depresión que duran más de 2 semanas o afectan su habilidad para hacer las cosas que necesita hacer, debe consultar con un médico. La depresión es una enfermedad y debe ser atendida por un médico. Hay tratamientos efectivos para la depresión. No es necesario sufrir más. Busque ayuda ahora.



## Busque Ayuda Ahora

Si usted o un ser querido tiene señales de depresión que duran más de 2 semanas o afectan su habilidad para hacer las cosas que necesita hacer, debe consultar con un médico. La depresión es una enfermedad y debe ser atendida por un médico. Hay tratamientos efectivos para la depresión. No es necesario sufrir más. Busque ayuda ahora.

Para Inglés visite  
<http://fcs.tennessee.edu/healthsafety/latinohealth>

Para Inglés visite  
<http://fcs.tennessee.edu/healthsafety/latinohealth>

Para Inglés visite  
<http://fcs.tennessee.edu/healthsafety/latinohealth>

SP670H-3M-5/06 R12-5310-027-004-06

Programs in agriculture and natural resources, 4-H youth development, family and consumer sciences, and resource development. University of Tennessee Institute of Agriculture, U. S. Department of Agriculture and county governments cooperating. UT Extension provides equal opportunities in programs and employment.

SP670H-3M-5/06 R12-5310-027-004-06

Programs in agriculture and natural resources, 4-H youth development, family and consumer sciences, and resource development. University of Tennessee Institute of Agriculture, U. S. Department of Agriculture and county governments cooperating. UT Extension provides equal opportunities in programs and employment.

SP670H-3M-5/06 R12-5310-027-004-06

Programs in agriculture and natural resources, 4-H youth development, family and consumer sciences, and resource development. University of Tennessee Institute of Agriculture, U. S. Department of Agriculture and county governments cooperating. UT Extension provides equal opportunities in programs and employment.