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

Extension
SP670-H
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

Extension
SP670-H
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.

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.

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

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.

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

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.