



Lista de los Síntomas de la Depresión Clínica

Cada año más de 19 millones de adultos americanos sufren de la depresión. Afecta a hombres, mujeres y niños de todas las razas y grupos socio-económicos, causándoles perder motivación, energía y los placeres de la vida cotidiana. A menudo, la depresión no es tratada, porque la gente no reconoce sus muchos síntomas. Las buenas noticias son que casi todos aquellos que son tratados pueden sentirse bien muy luego.

Si Ud. tiene cinco o más de estos síntomas por más de dos semanas, o si estos síntomas son tan serios que interfieren con su rutina diaria, consulta con su médico o profesional calificado de salud mental.

Para más información sobre la depresión o para ubicar una oficina con examen gratis en su área llame a la Asociación Nacional de Salud Mental al 800-969-NMHA o 6642, o visita Ud. www.nmha.org para un examen confidencial por depresión.

Lista de los 10 síntomas de depresión clínica:

- ◆ Un estado de ánimo constante de tristeza, ansiedad o de vacío.
- ◆ Dormir muy poco o demasiado
- ◆ Reducción del apetito y pérdida de peso, o aumento del apetito y aumento de peso
- ◆ Pérdida del interés o placer en actividades que antes disfrutaba
- ◆ Nerviosidad o irritabilidad
- ◆ Síntomas físicos persistentes que no responden a tratamiento (tales como dolor de cabeza, dolores agudos, o estreñimiento y otros trastornos digestivos)
- ◆ Dificultad de concentrarse, memoria toma de decisiones
- ◆ Fatiga o pérdida de energía
- ◆ Sentirse culpable, sin esperanza, inútil
- ◆ Pensamiento de muerte o suicidio