

## ¿Tiene preguntas sobre salud?

Llame a nuestra Línea de Consejos de Enfermería disponible las 24 horas. Estamos aquí para servirle.



Inglés:

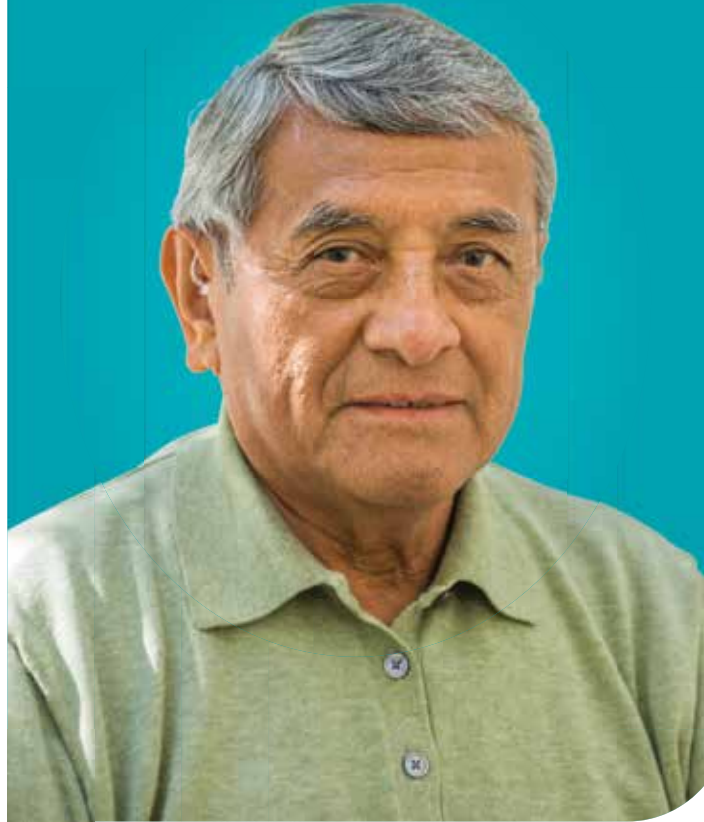
**(888) 275-8750**

Español:

**(866) 648-3537**

TTY/TDD:

**711**



Distribuido por Molina Healthcare. Todo el material de este folleto es solo informativo. Este documento no sustituye las recomendaciones de su proveedor. Para obtener esta información en otros idiomas y formatos accesibles, llame al Departamento de Servicios para Miembros. Este número telefónico se encuentra en el reverso de su tarjeta de identificación del miembro.

# Depresión

## ¿Qué es la depresión?

La depresión es una enfermedad médica que afecta el estado de ánimo, el pensamiento, el comportamiento y la salud en general.

## ¿Cuáles son los síntomas de la depresión?

- Alteraciones en el sueño: duerme más o menos de lo habitual.
- Cambios en los hábitos alimentarios: come más o menos de lo habitual. Es posible que gane o pierda peso.
- Falta de concentración: no puede tomar decisiones o terminar de leer un artículo breve.
- Pérdida de energía: no pueden completar tareas cotidianas.
- Falta de interés: pierde el interés en realizar actividades que antes disfrutaba.
- Baja autoestima: se queda pensando en fracasos del pasado.
- Sentimiento de culpa o desesperanza: piensa que su vida nunca mejorará.
- Cambios en su forma de moverse: se mueve de forma lenta o frenética.
- Pensamientos sobre la muerte: a menudo piensa en la muerte o en hacerse daño.



## ¿Puedo mejorar?

¡Sí! Los medicamentos y la “terapia de conversación” pueden ayudarle con su depresión. Usted y su proveedor pueden trabajar juntos a fin de encontrar otros métodos para ayudarlo a mejorar.

## ¿Quiénes sufren de depresión?

Cualquier persona puede sufrir de depresión. Es una enfermedad grave que requiere tratamiento.

## ¿Piensa que sufre de depresión?

Hable con su proveedor. Usted puede obtener ayuda y sentirse mejor.