

**Prensa:**

(630) 221-7374  
media@dupagehealth.org

**Junta de Salud del  
condado de DuPage**

Sam Tomatore, J.D.  
Presidente  
Lanny Wilson, M.D.  
Vicepresidente  
Robert Spadoni, J.D.  
Secretario

Lori Bottoms  
Melinda Finch  
Nadeem N. Hussain, M.D.  
Robert Larsen, J.D.  
Uzma Muneer, M.D.  
Lawrence J. Schouten, M.D.  
James P. Weeks, D.D.S.

Karen Ayala, M.P.H.  
Directora ejecutiva

Fundado en 1945, el Departamento de Salud del condado de DuPage promueve la salud física y emocional; previene las lesiones y discapacidades por enfermedad; protege la salud de los factores de riesgo ambientales, y se esfuerza por garantizar la prestación de un servicio accesible y de calidad.

8 de octubre de 2020

**PARA PUBLICACIÓN INMEDIATA**

**No sufra en silencio: las pruebas de detección de depresión  
están disponibles**

Este año, el Día Nacional de Detección de Depresión es el jueves 8 de octubre de 2020, durante la Semana de Concientización sobre Enfermedades Mentales. Se centra en atraer la atención a la enfermedad de la depresión a nivel nacional, educar al público sobre sus síntomas y tratamientos efectivos, ofrecer a las personas la oportunidad de someterse a pruebas de detección de depresión y conectar a las personas que necesitan tratamiento con los recursos disponibles.

A medida que la pandemia de la enfermedad del coronavirus 2019 llega a su sexto mes, resulta más importante que nunca que las personas examinen su bienestar mental y reconozcan cuándo pueden sentirse ansiosas, tristes o deprimidas. En general, la depresión afecta a unos 16 millones de adultos estadounidenses por año, pero este año es posible que el impacto sea mucho mayor.

La depresión es más que sentirse triste o tener un mal día, y puede interferir con el funcionamiento diario normal. Esta enfermedad provoca que las personas pierdan el disfrute de la vida diaria, puede complicar otras afecciones médicas e incluso puede ser lo suficientemente grave como para llevar al suicidio. Por lo tanto, identificar sus síntomas y buscar ayuda puede mejorar, e incluso salvar, la vida de una persona.

Entre los síntomas de la depresión se encuentran los siguientes:

- Sentirse triste o ansioso seguido o todo el tiempo
- No querer hacer actividades que antes eran divertidas
- Sentirse irritable, frustrado fácilmente o inquieto
- Tener problemas para conciliar el sueño o para permanecer dormido

**-Más-**

**CUÍDESE  
DUPAGE**



USE  
TAPABOCAS



MANTENGA  
DISTANCIA



LÁVESE  
LAS MANOS

## -Página 2-

- Despertarse demasiado temprano o dormir demasiado
- Comer más o menos de lo habitual, o pérdida del apetito
- Experimentar dolores de cabeza o del cuerpo, o problemas estomacales que no mejoran con tratamiento
- Tener problemas para concentrarse, recordar detalles o tomar decisiones
- Sentirse cansancio, incluso después de dormir bien
- Sentirse culpable, inútil o indefenso
- Pensar en suicidarse o hacerse daño

Si está preocupado y cree que puede tener depresión, Mental Health America le ofrece herramientas de detección gratuitas, anónimas y confidenciales. Realice una [prueba de detección de depresión en línea](#). La depresión puede tratarse y la mayoría de los que buscan tratamiento muestran una mejoría. Los tratamientos más comunes son la medicación antidepresiva, la psicoterapia o una combinación de los dos.

Si usted o algún conocido muestra síntomas de depresión, o está usando drogas y alcohol para lidiar con la depresión, hay ayuda disponible. El Departamento de Salud del condado de DuPage tiene varios programas y servicios para ofrecer:

- Los **servicios para crisis** están disponibles las 24 horas del día, los 7 días de la semana. Si está pasando por una crisis, llame al (630) 627-1700 u obtenga más información en <https://www.dupagehealth.org/183/Crisis-Services>.
- **Servicios de salud conductual** para abordar las necesidades de salud mental y abuso de sustancias de las personas. Para programar una cita de admisión, llame al 630-682-7400 u obtenga más información en <https://www.dupagehealth.org/174/Adult-Services>.
- La **Línea Nacional de Prevención del Suicidio** también se encuentra disponible las 24 horas del día, los 7 días de la semana, si llama al 1-800-273-8255 u obtenga más información en <https://suicidepreventionlifeline.org/>. Para comunicarse con uno de nuestros asesores de servicios de emergencia, llame al 630-627-1700.

###