

Si tienes uno o más de estos síntomas la mayor parte del día, casi a diario, durante al menos dos semanas, probablemente sufras de trastorno depresivo, cuídate y atiéndete

Síntomas:

- Perdiste el interés o placer en casi todas las actividades
- Tuviste cambios de apetito o peso
- Te falta energía
- Tienes sentimiento de culpa
- Se te dificulta pensar, concentrarte o tomar decisiones
- Piensas en la muerte



iQue no te agarren fuera de lugar!

Llama desde México 01 800 2011010
Llama desde Estados Unidos 1 855 220 1829

#CNDHContigoMigrante

cndhcontigomigrante@cndh.org.mx