



# Ask

EVERCARE'S  
CHIEF MEDICAL  
OFFICER



## DEPRESIÓN EN LOS ANCIANOS

## MITOS & HECHOS

1. La Depresión **no** es parte del envejecimiento, aunque la mayoría de adultos corren el riesgo de sentirla.
2. La Depresión **no** es solamente “tristeza” o sentirse emocional debido a casos de la vida (i.e. luto por la pérdida de un ser querido, retiro, etc.).
3. Por lo normal, los adultos no buscan ayuda para esta condición, y los proveedores usualmente no tratan esta condición como es debido.

---

## ¿QUE ES LA DEPRESIÓN?

**La Depresión es una condición médica real (como la diabetes, asma y alta presión arterial) la cual puede ser diagnosticada y tratada**

Piensa en la **DEPRESION** cuando una de las siguientes se presente:

- Sientes tristeza o ansiedad por varias semanas a la vez
- Falta de esperanzas, pesimismo y/o irritabilidad
- Perdida de interés en actividades previamente placenteras
- Dificultad para concentrar, pocas energías,
- Dificultad para dormir, despertar más temprano de lo necesario o dormir de mas
- Comer excesivamente o pérdida de apetito
- Atento de suicidio
- Dolores inexplicables, incluyendo dolores de cabeza, problemas de digestión, abdominal sensitivo, dolores musculares, etc.



# EVERCARE

www.EverCare.org  
845.569.0500

## ¿CUANTOS ADULTOS ESTAN DEPRIMIDOS?

Aunque se estima 1.5% de los ancianos se encuentran deprimidos, estas cifras aumentan dramáticamente a un 12% en los que requieren servicios de auspicio o cuidados de salud.

---

## DONDE ENCONTRAR AYUDA:

Hay varias páginas cibernéticas excelentes, incluyendo:

- National Institute of Mental Health  
[www.nimh.nih.gov](http://www.nimh.nih.gov)
- Geriatric Mental Health Foundation  
[www.gmhfonline.org](http://www.gmhfonline.org)
- American Psychological Association  
[www.apa.org](http://www.apa.org)

Si le preocupa algún familiar, ofrece acompañarle a ver un proveedor de salud para ser diagnosticado y pueda recibir el tratamiento adecuado. Si él o ella se encuentran en estado de “crisis” llame al 911 o visite la sala de emergencias del hospital más cercano.



## DEPRESIÓN EN LOS ANCIANOS



# EVERCARE

31 Cerone Place  
Newburgh, NY 12550  
[info@EverCare.org](mailto:info@EverCare.org)  
[www.EverCare.org](http://www.EverCare.org)  
845.569.0500  
TTY: 845.569.2228

---

MANAGED LONG-TERM  
CARE PLAN  
877.255.3678

---

CERTIFIED HOME HEALTH  
AGENCY  
855.485.6697

---

ADULT SOCIAL DAY  
PROGRAM  
845.569.0500