



Depression and Anxiety Among Hispanic/Latino Adults Living in the United States: Results from the Hispanic Community Health Study/Study of Latinos

HCHS/SOL Factsheet #5. Information in this factsheet is based on data published in these research papers:

- Hispanic Community Health Study/ Study of Latinos. Hispanic Community Health Study Data Book. *National Institutes of Health* 2013.
- Wassertheil-Smoller et. al. Depression, anxiety, antidepressant use, and women of different national backgrounds: results from the Hispanic Community Health Study/ Study of Latinos. *Annals of Epidemiology* 2014.
- Castañeda, et. al. Cardiovascular disease risk factors and psychological distress among Hispanics/Latinos: The Hispanic Community Health Study/Study of Latinos (HCHS/SOL). *Preventive Medicine*, Volume 87, Issue null, Pages 144-150. 2015.

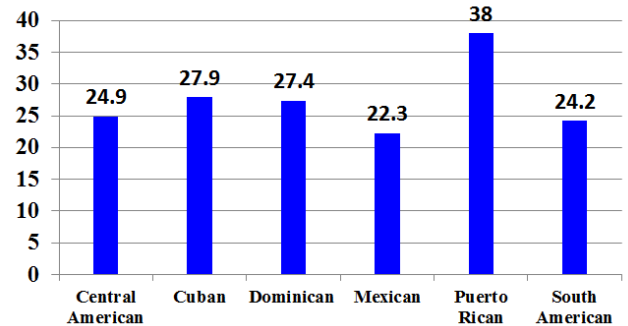
What is depression?

- **Depression** is a state of mind marked by sadness, inactivity, difficulty thinking and concentrating, a significant increase or decrease in appetite and time sleeping, feelings of hopelessness and sometimes suicidal tendencies most likely caused by a combination of genetic, biological, environmental, and psychological factors.

Why Is it Important?

- Although we did not conduct diagnosis for mental health problems in HCHS/SOL, we asked participants about symptoms that might suggest they are at high risk for having a depression disorder.
- The HCHS/SOL found a 27% overall reporting of high depressive symptoms among study participants.
- The risk associated to the high depressive symptoms reported varied among individuals of diverse Hispanic/Latino background: highest among

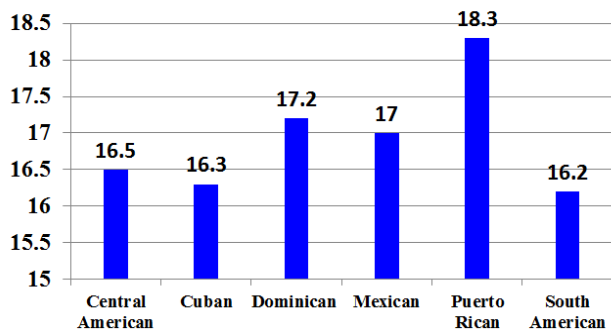
Hispanics/Latinos with Depressive Symptoms by Background



What is anxiety?

- **Anxiety** is a fear or nervousness about what might happen often accompanied by physiological signs (e.g. sweating, tension, increased pulse).
- Anxiety disorders involve more than temporary worry or fear; it does not go away and can get worse over time.

Hispanics/Latinos with Anxiety Symptoms by Background



Why is it important?

- Although we did not conduct diagnosis for mental health problems in HCHS/SOL, we asked people about symptoms that might suggest they are at high risk for having an anxiety disorder.
- The risk associated to the anxiety symptoms reported varied among individuals of diverse Hispanic/Latino background: it was highest among Puerto Ricans and lowest among South Americans.
- Anxiety and depression are risk factors for heart disease.

What can you do?

- Depression and anxiety disorders are some of the most common mental disorders in the U.S.
- Depression and anxiety disorders are treatable with behavioral therapies, medication, or both.
- If you or someone you know has symptoms of depression or anxiety, the most important thing is to seek professional help for diagnosis. It is also recommended to maintain a healthy lifestyle with regular physical activity and a healthy diet.

For more information

- About the topic: <http://www.nimh.nih.gov/health/publications/depression-what-you-need-to-know-12-2015/index.shtml#pub6>;
- National Suicide Prevention Lifeline [1-800-273-8255](tel:1-800-273-8255) Free 24/7; or
- Download our data booklets for study participants: <http://hispanichealth.org/study-of-latinos-sol.html>



"Field Center" HCHS/SOL Center: ADDRESS.
PHONE NUMBER

www.saludsol.net



La depresión y la ansiedad entre los adultos hispanos o latinos que viven en los Estados Unidos: Resultados del Estudio de la Salud de la Comunidad Hispana

HCHS/SOL Hoja Informativa #5. La información de esta hoja está basada en datos presentados en estas publicaciones científicas:

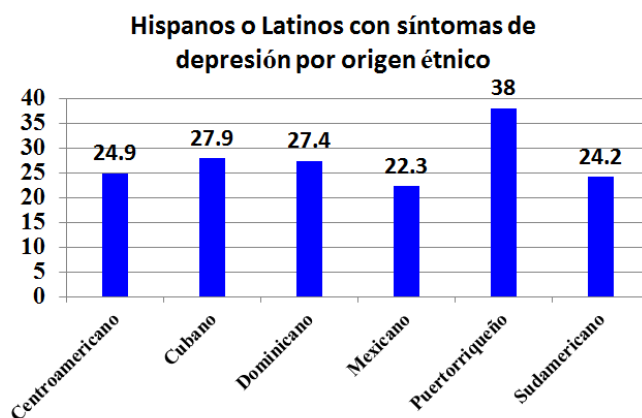
- Hispanic Community Health Study/ Study of Latinos. Hispanic Community Health Study Data Book. *National Institutes of Health* 2013.
- Wassertheil-Smoller et. al. Depression, anxiety, antidepressant use, and women of different national backgrounds: results from the Hispanic Community Health Study/ Study of Latinos. *Annals of Epidemiology* 2014.
- Castañeda, et. al. Cardiovascular disease risk factors and psychological distress among Hispanics/Latinos: The Hispanic Community Health Study/Study of Latinos (HCHS/SOL). *Preventive Medicine*, Volume 87, Issue null, Pages 144-150. 2015.

¿Qué es la depresión?

- La **depresión** es un estado mental caracterizado por la tristeza, inactividad, dificultad para pensar y concentrarse, un aumento significativo o una disminución del apetito y del tiempo de dormir, sentimientos de desesperanza y en ocasiones tendencias suicidas, probablemente causada por una combinación de factores genéticos, biológicos, ambientales y psicológicos.

¿Por qué es importante?

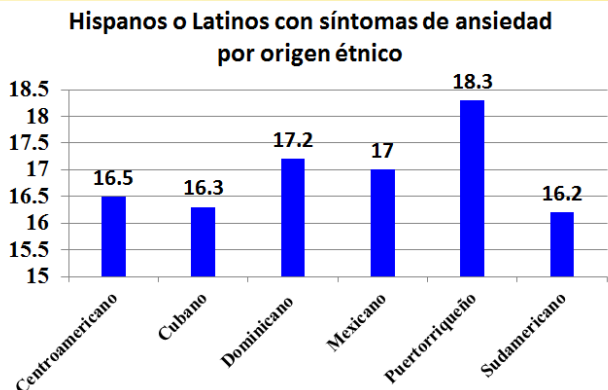
- A pesar de que no fue posible realizar el diagnóstico de problemas con la salud mental en HCHS/SOL, se pidió a los participantes acerca de los síntomas que podrían sugerir que están en alto riesgo de tener un trastorno de la depresión.
- En el estudio de HCHS/SOL el 27% de los participantes reportaron síntomas depresivos altos.
- El riesgo asociado con síntomas depresivos altos varió entre los individuos de diversos orígenes hispanos o latinos: más alto entre los puertorriqueños y más bajo entre los mexicanos.



¿Qué es la ansiedad?

- La **ansiedad** es un miedo o nerviosismo sobre lo que pudiera ocurrir, usualmente acompañado de señales fisiológicas (ej. sudor, tensión, aumento del pulso).
- Los trastornos de ansiedad involucran más que una preocupación o miedo temporal; no desaparecen y pueden empeorar con el tiempo.

¿Por qué es importante?



- A pesar de que no fue posible realizar el diagnóstico de problemas con la salud mental en HCHS/SOL, se pidió a los participantes acerca de los síntomas que podrían sugerir que están en alto riesgo de tener un trastorno de la ansiedad.
- El riesgo asociado con los síntomas de ansiedad que fueron reportados varió entre los individuos de diversos orígenes hispanos o latinos: más alto fue entre los puertorriqueños y más bajo fue entre los sudamericanos.
- La ansiedad y la depresión son factores de riesgo para la enfermedad del corazón.

¿Qué puede hacer usted?

- La depresión y la ansiedad son algunos de los trastornos mentales más comunes en los EE.UU.
- Los trastornos de depresión y ansiedad se tratan con terapia del comportamiento, medicamentos, o ambas.
- Si usted o alguien que conoce tiene depresión, lo más importante es buscar ayuda profesional para diagnóstico. También es recomendable mantener un estilo de vida saludable con actividad física y una dieta saludable.

Para más información

- Sobre el tema: <http://www.nimh.nih.gov/health/publications/espanol/spanish-listing.shtml>;
- Red Nacional de Prevención del Suicidio: [1-888-628-9454](tel:1-888-628-9454) gratis 24 horas al día / 7 días a la semana; o
- Descargue nuestro libro de datos para los participantes: <http://www.hispanichealth.org/study-of-latinos-sol.html>



National Heart, Lung, and Blood Institute



SAN DIEGO STATE UNIVERSITY
SCHOOL OF MEDICINE



UIC INSTITUTE FOR MINORITY HEALTH RESEARCH
COLLEGE OF MEDICINE



EINSTEIN UNIVERSITY OF MIAMI
Albert Einstein College of Medicine



UNC GILLINGS SCHOOL OF GLOBAL PUBLIC HEALTH

“Field Center” HCHS/SOL Center: ADDRESS.
PHONE NUMBER

www.saludsol.net