



# CONDADO DE VENTURA

## Logrando Bienestar

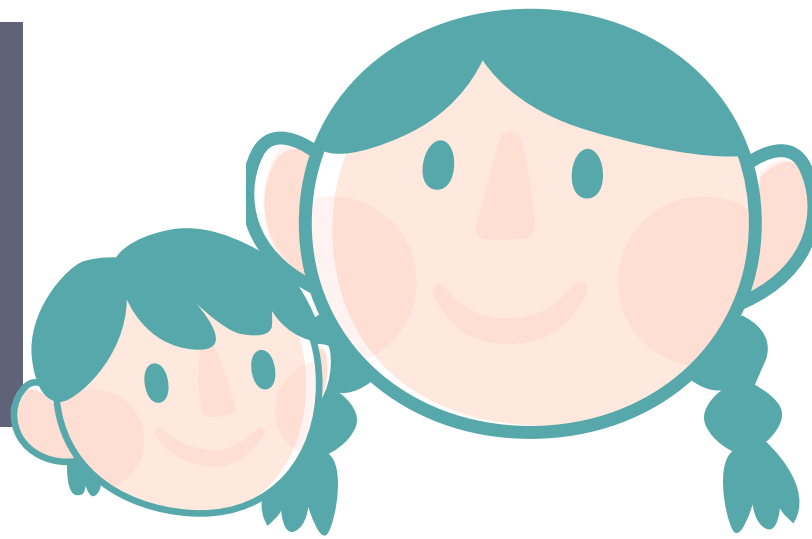
ACHIEVING WELL-BEING

Teléfono: (805) 973-5220

Email: [Lograndobienestar@ventura.org](mailto:Lograndobienestar@ventura.org)

**DURANTE COVID-19 SU SALUD MENTAL PODRÍA SER AFECTADA**

**Niños**



**Adultos**

### Los niños pueden sentir

- Aislamiento
- Estar llorosos
- Desmotivados
- Frecuentemente enojados
- Sentir tristeza frecuente
- Verbalmente agresivos
- Físicamente agresivos
- Ataques de pánico frecuentes
- Comer en exceso o no comer
- Problemas para levantarse de la cama
- Negarse a completar las tareas
- Miedo excesivo sin razón
- Miedo a salir de la casa
- Negarse a completar el trabajo escolar
- Dormir en exceso o no dormir
- Negarse a comer y no querer quedarse solo y aferrarse a los padres

### Los adultos pueden sentir

- Evitar las responsabilidades del hogar
- Estallido de ira o gritos
- Problemas para levantarse de la cama
- Sintiendo una tristeza extrema
- Dolores de cabeza frecuentes
- Dolores corporales frecuentes
- Aislamiento de la familia
- Falta de motivación
- Problemas para enfocarse
- Problemas para dormir
- Llanto frecuente
- Pérdida de apetito
- Nerviosismo
- Irritable



VENTURA COUNTY  
BEHAVIORAL HEALTH  
A Department of Ventura County Health Care Agency

**LLAMENOS, PODEMOS AYUDARLE**