



El trabajo agrícola puede ser estresante.

Señales y síntomas del estrés:

- Emociones como ansioso/a, agitado/a, enojado/a
- Falta de interés en lo que le gusta hacer
- Descuido del trabajo
- Preocupación por dinero
- Sus niños muestran signos de estrés



No está solo. Hay personas que pueden ayudarle si tiene algún problema.

RED NACIONAL
de
PREVENCIÓN
del
SUICIDIO
1-888-628-9454
prevenciondelsuicidio.org

Gratis, confidencial, 24/7.

Red nacional de
prevención del suicidio
1-888-628-9454



*Adaptado de Robert J. Fetsch, Profesor y Especialista de Extensión, Department of Human Development and Family Studies, Colorado State University, Fort Collins, CO 80523. Se ofrece los programas de WSU Extension y el empleo para todos sin discriminación. Se puede reportar la evidencia de incumplimiento a través de su oficina local de WSU Extension.