

Apoyo de salud mental de VA para veteranos mayores



¿Enfrentando desafíos a medida que envejece?

Los cambios de vida que a menudo conlleva el envejecimiento (como la jubilación, las responsabilidades de cuidado y las limitaciones físicas) pueden ser un desafío. Los veteranos mayores pueden experimentar condiciones de salud mental emergentes o de larga duración, que incluyen:

- Depresión
- Ansiedad
- Recuerdos angustiosos relacionados con el servicio militar.
- Estrés relacionado con problemas de salud
- Uso no saludable de alcohol o drogas



Obtenga atención especializada de VA

Para los veteranos mayores que enfrentan desafíos, conectarse con los servicios de salud mental puede ser una vía para controlar sus afecciones. VA está aquí para ayudar a los veteranos mayores a disfrutar de una vida saludable y plena.

- **¿Nuevo en VA?** Solicite beneficios. Para encontrar los recursos adecuados para sus necesidades, presente su solicitud en línea en va.gov/health-care o llame al 877-222-VETS (877-222-8387). Si tiene pérdida auditiva, llame al TTY: 800-877-8339.
- **Programe una cita de salud mental.** Si ya utiliza la atención médica de VA, programe sus citas con un centro de VA cerca a usted. También puede conectarse con un proveedor de salud mental a través de VA TeleMental Health.
- **Acceda a recursos en línea.** Escanee el código QR para encontrar el portal de autoayuda de capacitación para veteranos, aplicaciones de salud mental para veteranos y recursos descargables.



U.S. Department
of Veterans Affairs

Obtenga más información en MentalHealth.va.gov/older-veterans

