



¿Qué tan “normal” es la tristeza? Primeras señales de depresión

En el marco del Día mundial
de la Lucha contra la Depresión



Miércoles 21 de enero de 2026 / 15:00 hrs.



**SIGUE LA TRANSMISIÓN EN VIVO A TRAVÉS
DEL FACEBOOK DE LA CONASAMA - @conasamamx**

    gob.mx/conasama

Si necesitas apoyo psicológico,
llama a la Línea de la Vida **800 · 911 · 2000**



Gobierno de
México

Educación
Secretaría de Educación Pública

Salud
Secretaría de Salud



CONASAMA
COMISIÓN NACIONAL DE SALUD MENTAL
Y ADICCIONES