Escala Edinburgh para la Depresión Postnatal (Spanish Version)

Nombre de participante:_____ Número de identificación de participante: _____

Fecha:_____ Fecha de nacimiento:

Nombve de bebe:

Como usted está embarazada o hace poco que tuvo un bebé, nos gustaría saber como se siente actualmente. Por favor MARQUE (√) la respuesta que más se acerca a como se ha sentido durante LOS ÚLTIMOS 7 DÍAS y no sólo como se ha sentido hoy.

A continuación se muestra un ejemplo completado:

Me he sentido feliz:

Sí, todo el tiempo	____ 0
Sí, la mayor parte del tiempo	✔ 1
No, no muy a menudo	____ 2
No, en absoluto	____ 3

Esto significa: "Me he sentido feliz la mayor parte del tiempo" durante la última semana. Por favor complete las otras preguntas de la misma manera.

1. He podido reír y ver el lado bueno de las cosas:

Tanto como siempre he podido hacerlo	____ 0
No tanto ahora	____ 1
Sin duda, mucho menos ahora	____ 2
No, en absoluto	____ 3

2. He mirado al futuro con placer para hacer cosas:

Tanto como siempre	____ 0
Algo menos de lo que solía hacerlo	____ 1
Definitivamente menos de lo que solía hacerlo	____ 2
Prácticamente nunca	____ 3

3. Me he culpado sin necesidad cuando las cosas marchaban mal:

Sí, casi siempre	____ 3
Sí, algunas veces	____ 2
No muy a menudo	____ 1
No, nunca	____ 0

4. He estado ansiosa y preocupada sin motivo alguno:

No, en absoluto	____ 0
Casi nada	____ 1
Sí, a veces	____ 2
Sí, muy a menudo	____ 3

5. He sentido miedo o pánico sin motivo alguno:

Sí, bastante	____ 3
Sí, a veces	____ 2
No, no mucho	____ 1
No, en absoluto	____ 0

6. Las cosas me oprimen o agobian:

Sí, la mayor parte del tiempo no he podido sobrellevarlas	____ 3
Sí, a veces no he podido sobrellevarlas de la manera	____ 2
No, la mayoría de las veces he podido sobrellevarlas bastante bien	____ 1
No, he podido sobrellevarlas tan bien como lo hecho siempre	____ 0

7. Me he sentido tan infeliz, que he tenido dificultad para dormir:

Sí, casi siempre	____ 3
Sí, a veces	____ 2
No muy a menudo	____ 1
No, en absoluto	____ 0

8. Me he sentido triste y desgraciada:

Sí, casi siempre	____ 3
Sí, bastante a menudo	____ 2
No muy a menudo	____ 1
No, en absoluto	____ 0

9. Me he sentido tan infeliz que he estado llorando:

Sí, casi siempre	____ 3
Sí, bastante a menudo	____ 2
Ocasionalmente	____ 1
No, nunca	____ 0

10. He pensado en hacerme daño:

Sí, bastante a menudo	____ 3
A veces	____ 2
Casi nunca	____ 1
No, nunca	____ 0

Edinburgh Postnatal Depression Scale (EPDS). Texto adaptado del *British Journal of Psychiatry,* Junio, 1987, vol. 150 por J.L. Cox, J.M. Holden, R. Segovsky.