

Edinburgh Postnatal Depression Scale¹ (EPDS)

Como usted ha visto poco tuvo un bebé, nos gustaría saber cómo se ha estado sintiendo. Por favor **SUBRAYE** la respuesta que más se acerca a cómo se ha sentido en los últimos 7 días, no solo como se siente hoy.

Este es un ejemplo ya completo.

Me he sentido contenta:

- Sí, siempre
- Sí, casi siempre
- No, muy a menudo
- No, nunca

Esto significa: "Me he sentido contenta casi siempre" durante la semana pasada. Por favor complete las otras preguntas de la misma manera.

En los últimos 7 días:

1. He podido reír y ver el lado Bueno de las cosas;
0 Tanto como siempre
1 No tanto ahora
2 Mucho menos
3 No, no he podido
2. He mirado al futuro con placer:
0 Tanto como siempre
1 Algo menos de lo que solía hacer
2 Definitivamente menos de lo que solía hacer
3 No, nada
3. Me he culpado innecesariamente cuando las cosas salieron mal:
3 Sí, la mayoría de las veces
2 Sí, algunas de las veces
1 No, muy a menudo
0 No, Nunca
4. He estado ansiosa y preocupada sin motivo
0 No, no en absoluto
1 Casi nunca
2 Sí, a veces
3 Sí, muy a menudo
5. He sentido miedo o pánico sin motivo alguno:
3 Sí, Bastante
2 Sí, a veces
1 No, no mucho
0 No, nunca
6. Las cosas me oprimen o agobian:
3 Sí, Casi siempre
2 Sí, a veces
1 No, Casi nunca
0 No, nunca
7. Me he sentido tan infeliz, que he tenido dificultad para dormir:
3 Sí, casi siempre
2 Sí, a veces
1 No, casi nunca
0 No, nunca
8. Me he sentido triste o miserable
3 Sí, la mayoría de las veces
2 Sí, muy a menudo
1 No, muy a menudo
0 No, nunca
9. Me he sentido tan infeliz que he estado llorando:
3 Sí, casi siempre
2 Sí, bastante a menudo
1 Solo ocasionalmente
0 No, Nunca
10. He pensado en hacerme daño:
3 Sí, bastante a menudo
2 Sí, a menudo
1 No, casi nunca
0 No, Nunca

Administered/Reviewed by _____ Date: _____