

# Edinburgh Postnatal Depression Scale<sup>1</sup> (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: \_\_\_\_\_