

Escala De Depresión Posparto De Edinburgo

N R C

Nombre de la madre: _____

Fecha de Nacimiento de la madre: _____

Nombre de el/la bebé: _____

Fecha de Nacimiento de el/la bebé: _____

Fecha de hoy: _____

EJEMPLO:

Como usted hace poco tuvo un bebé, nos gustaría saber cómo se ha estado sintiendo. Por favor marque la respuesta que más se acerca a como se ha sentido EN LOS ÚLTIMOS 7 DÍAS, no solamente 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

En los últimos 7 días:

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

- Tanto como siempre
- No tanto ahora
- Mucho menos
- No, no he podido

2. He mirado al futuro con placer:

- Tanto como siempre
- Algo menos de lo que solía hacer
- Definitivamente menos
- No, nada

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

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

4. He estado ansiosa y preocupada sin motivo:

- No, nada
- Casi nada
- Sí, a veces
- Sí, a menudo

*5. He sentido miedo o pánico sin motivo alguno:

- Sí, bastante
- Sí, a veces
- No, no mucho
- No, nada

*6. Las cosas me oprimen o agobian:

- Sí, casi siempre
- Sí, a veces
- No, casi nunca
- No, nada

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

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

*8. Me he sentido triste y desgraciada:

- Sí, casi siempre
- Sí, bastante a menudo
- No muy a menudo
- No, nada

*9. He estado tan infeliz que he estado llorando:

- Sí, casi siempre
- Sí, bastante a menudo
- Sólo ocasionalmente
- No, nunca

*10. He pensado en hacerme daño a mí misma:

- Sí, bastante a menudo
- Sí, a menudo
- Casi nunca
- No, nunca

Administered/Reviewed by: _____

Baby's Age: _____

*Source: Cox JL, Holden JM, Sagovsky R. Detection of postnatal depression: development of the 10-item Edinburgh Postnatal Depression Scale. *Br J Psychiatry*. 1987; 150: 782-786.

Users may reproduce the scale without further permission providing they respect copyright by quoting the names of the authors, the title, and the source of the paper in all reproduced copies.