

ESCALA DE EDINBURGO

Nombre _____ Direccion _____

Su fecha de nacimiento _____

Bebe nombre y fecha de nacimiento _____ Numero de telefono _____

Como usted hace poco tuvo un bebé, nos gustaría saber como se ha estado sintiendo. Por favor haga un círculo alrededor de la respuesta que más se acerca a como se ha sentido **en los últimos 7 días**.

Éste es un ejemplo ya completo:

Me he sentido contenta:

- 0 Sí, siempre
- 1 Sí, casi siempre
- 2 No muy a menudo
- 3 No, nunca

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 Muchos menos
- 3 No, nada

*6. Las cosas me oprimen o agobian:

- 0 Sí, casi siempre
- 1 Sí, a veces
- 2 No, casi nunca
- 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
- 3 No, nada

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

- 0 Sí, casi siempre
- 1 Sí, a menudo
- 2 No muy a menudo
- 3 No, nada

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

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

*8. Me he sentido triste y desgraciada:

- 0 Sí, casi siempre
- 1 Sí, bastante a menudo
- 2 No muy a menudo
- 3 No, nada

4. He estado ansiosa y preocupada sin motivo:

- 0 No, nada
- 1 Casi nada
- 2 Sí, a veces
- 3 Sí, a menudo

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

- 0 Sí, casi siempre
- 1 Sí, bastante a menudo
- 2 Sólo ocasionalmente
- 3 No, nunca

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

- 0 Sí, bastante
- 1 Sí, a veces
- 2 No, no mucho
- 3 No, nada

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

- 0 Sí, bastante a menudo
- 1 Sí, a menudo
- 2 Casi nunca
- 3 No, nunca

Administrada por _____ Fecha _____

1 Source: Cox, J.L., Holden, J.M., and Sagovsky, R. 1987. Detection of postnatal depression: Development of the 10-item Edinburgh Postnatal Depression Scale. *British Journal of Psychiatry* 150:782-786 .

2 Source: K. L. Wisner, B. L. Parry, C. M. Piontek, Postpartum Depression N Engl J Med vol. 347, No 3, July 18, 2002, 194-199

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.