

Como usted está embarazada o hace poco tuvo un bebé, nos gustaría saber cómo se ha estado sintiendo. Por favor marque con una X el casillero con la respuesta que más se acerca a cómo se ha sentido en los últimos 7 días.

- 1** He sido capaz de reírme y ver el lado divertido de las cosas.
- a) Tanto como siempre
 b) No tanto ahora
 c) Mucho menos ahora
 d) No, nada
-
- 2** He disfrutado mirar hacia delante
- a) Tanto como siempre
 b) Menos que antes
 c) Muchos menos que antes
 d) Casi nada
-
- 3** Cuando las cosas han salido mal me he culpado a mi misma innecesariamente
- a) No, nunca
 b) No, con mucha frecuencia
 c) Sí, a veces
 d) Sí, la mayor parte del tiempo
-
- 4** He estado nerviosa o inquieta sin tener motivo
- a) No, nunca
 b) Casi nunca
 c) Si, a veces
 d) Sí, con mucha frecuencia
-
- 5** He sentido miedo o he estado asustada sin tener motivo
- a) No, nunca
 b) No, no mucho
 c) Sí, a veces
 d) Sí, bastante
-
- 6** Las cosas me han estado abrumando
- a) No, he estado haciendo las cosas tan bien como siempre
 b) No, la mayor parte del tiempo he hecho las cosas bastante bien
 c) Sí, a veces no he podido hacer las cosas tan bien como siempre
 d) Sí, la mayor parte del tiempo no he podido hacer las cosas en absoluto
-
- 7** Me he sentido tan desdichada que he tenido dificultades para dormir
- a) No, nunca
 b) No, con mucha frecuencia
 c) Sí, a veces
 d) Sí, la mayor parte del tiempo
-
- 8** Me he sentido triste o desgraciada
- a) No, nunca
 b) No, con mucha frecuencia
 c) Sí, a veces
 d) Sí, la mayor parte del tiempo
-
- 9** Me he sentido tan desdichada que he estado llorando
- a) No, nunca
 b) Sólo ocasionalmente
 c) Si, bastante a menudo
 d) Sí, la mayor parte del tiempo
-
- 10** Se me ha ocurrido la idea de hacerme daño
- a) Nunca
 b) Casi nunca
 c) A veces
 d) Sí, bastante a menudo

A las respuestas se les otorga un puntaje de 0, 1, 2 y 3 de acuerdo a la letra marcada:

- a) = 0 puntos
b) = 1 punto
c) = 2 puntos
d) = 3 puntos

El puntaje total se calcula sumando los puntajes para cada uno de los 10 ítemes.

Interpretación Escala Depresión de Edimburgo para Embarazo y Posparto

Durante el embarazo

Una puntuación de 13 o más puntos indica sospecha de depresión.

En el posparto

Una puntuación de 10 o más puntos indica sospecha de depresión posparto.

Cualquier puntaje distinto de cero en la pregunta N° 10 requiere de evaluación adicional dentro de 24 horas.