

Escala de depresión postnatal de Edimburgo (EDPS)

Esta escala se puede usar entre las 6 y 8 semanas para evaluar a las mujeres en etapa post-parto.

Instrucciones: como usted ha tenido un bebé recientemente, nos gustaría saber cómo se siente ahora. Por favor marque con una X en la respuesta que encuentre más adecuada en relación a cómo se ha sentido durante la semana pasada

En los pasados 7 días:

1. He sido capaz de reírme y ver el lado divertido de las cosas	Marque con una X
• Igual que siempre	
• Ahora, no tanto como siempre	
• Ahora, mucho menos	
• No, nada en absoluto	
2. He mirado las cosas con ilusión	
• Igual que siempre	
• Algo menos de lo que es habitual en mí	
• Bastante menos de lo que es habitual en mí	
• Mucho menos que antes	
3. Me he culpado innecesariamente cuando las cosas han salido mal	
• Sí, la mayor parte del tiempo	
• Sí, a veces	
• No muy a menudo	
• No, en ningún momento	
4. Me he sentido nerviosa preocupada sin tener motivo.	
• No, en ningún momento	
• Casi nunca	
• Sí, algunas veces	
• Sí con mucha frecuencia	
5. He sentido miedo o he estado asustada sin motivo	
• Sí, bastante	
• Sí, a veces	
• No, no mucho	
• No, en absoluto	

Escala de depresión postnatal de Edimburgo (EDPS)

6. Las cosas me han agobiado	Marque con una X
• Sí, la mayoría de las veces no he sido capaz de afrontarlas	
• Sí, a veces no he sido capaz de afrontarlas tan bien como siempre	
• No, la mayor parte de las veces las he afrontado bastante bien	
• No, he afrontado las cosas tan bien como siempre	
7. Me he sentido infeliz que he tenido dificultades para dormir	
• Sí, la mayor parte del tiempo	
• Sí, a veces	
• No muy a menudo	
• No, en ningún momento	
8. Me he sentido triste o desgraciada	
• Sí, la mayor parte del tiempo	
• Sí, bastante a menudo	
• No con mucha frecuencia	
• No, en ningún momento	
9. Me he sentido tan infeliz que he estado llorando	
• Sí, la mayor parte del tiempo	
• Sí, bastante a menudo	
• Sólo en alguna ocasión	
• No, en ningún momento	
10. He tenido pensamientos de hacerme daño	
• Sí, bastante a menudo	
• A veces	
• Casi nunca	
• En ningún momento	

Pautas para la evaluación:

A las categorías de las respuestas se les dan de 0, 1, 2 y 3 puntos según el aumento de la gravedad del síntoma. Los puntos para las preguntas 3,5,6,7,8,9,10 se anotan en orden inverso (por ejemplo: 3,2,1,0).

Se suman todos los puntos para dar la puntuación total. Una puntuación de 10 + muestra la probabilidad de una depresión, pero no su gravedad. Cualquier número que se escoja que no sea el "0" para la pregunta número 10, significa que es necesario hacer evaluaciones adicionales inmediatamente. La puntuación de la Escala está diseñada para asistir al juicio clínico, no para reemplazarlo. Se les harán evaluaciones adicionales a las mujeres antes de decidir el tipo de tratamiento.