

Escala de Edinburgo (Spanish Version)



Nombre: _____

Su fecha de nacimiento: _____ Fecha de nacimiento del bebé: _____

Como usted está embarazada o hace poco tuvo un bebé, nos gustaría saber como se ha estado sintiendo. Por favor MARQUE 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:

Sí, siempre

Sí, casi siempre → Esto significaría: Me he sentido feliz la mayor parte del tiempo durante la pasada semana.

No, muy a menudo

No, nunca

Por favor complete las otras preguntas de la misma manera.

En los últimos 7 días:

- He podido reír y ver el lado bueno de las cosas
 Tanto como siempre
 No tanto ahora
 Mucho menos
 No, no he podido
- He mirado al futuro con placer
 Tanto como siempre
 Algo menos de lo que solía hacer
 Definitivamente menos
 No, nada
- Me he culpado sin necesidad cuando las cosas marchaban mal
 Sí, casi siempre
 Sí, algunas veces
 No muy a menudo
 No, nunca
- He estado ansiosa y preocupada sin motivo
 No, nada
 Casi nada
 Sí, a veces
 Sí, a menudo
- He sentido miedo o pánico sin motivo alguno
 Sí, bastante
 Sí, a veces
 No, no mucho
 No, nada
- Las cosas me oprimen o agobian
 Sí, casi siempre
 Sí, a veces
 No, casi nunca
 No, nada
- Me he sentido tan infeliz, que he tenido dificultad para dormir
 Sí, casi siempre
 Sí, a menudo
 No muy a menudo
 No, nada
- Me he sentido triste y desgraciada
 Sí, casi siempre
 Sí, bastante a menudo
 No muy a menudo
 No, nada
- He estado tan infeliz que he estado llorando
 Sí, casi siempre
 Sí, bastante a menudo
 Sólo ocasionalmente
 No, nunca
- He pensado en hacerme daño a mí misma
 Sí, bastante a menudo
 Sí, a menudo
 Casi nunca
 No, nunca

Administrado/revisado por _____

Fecha _____