



## Anexo: Indicador 2.2- Acompañamiento y consejería a la mujer durante su primer puerperio.

### Escala de Depresión de Post-Parto de Edinburgh (EPDS)

#### Instrucciones de uso de la Escala

1. Se le pide a la madre que escoja la respuesta que más se asemeje a la manera en que se sintió en los 7 días anteriores.
2. Es necesario que responda las diez preguntas.
3. La madre debe responder la escala ella misma.

#### Pautas para la evaluación

A las categorías de las respuestas se les dan puntos de 0, 1, 2 y 3, según 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 total de 12 o más, indica probabilidad de depresión pero no su gravedad.

Si la persona puntúa cualquier número diferente a 0 en la pregunta número 10, es necesario hacer evaluaciones adicionales inmediatamente.

La puntuación de la EPDS 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.



Nombre: \_\_\_\_\_  
 Dirección: \_\_\_\_\_  
 Teléfono: \_\_\_\_\_ Su fecha de Nacimiento: \_\_\_\_\_  
 Fecha de Nacimiento del Bebé: \_\_\_\_\_

*Queremos saber cómo se siente si está embarazada o ha tenido un bebé recientemente. Por favor marque la respuesta que más se acerque a cómo se ha sentido en LOS ÚLTIMOS 7 DÍAS, no solamente cómo se sienta hoy. Esto significaría: Me he sentido feliz la mayor parte del tiempo durante la pasada semana. Por favor complete las otras preguntas de la misma manera.*

				Pt
<b>1. He sido capaz de reír y ver el lado bueno de las cosas</b>				
Tanto como siempre	No tanto ahora	Mucho menos	No, no he podido	
0	1	2	3	
<b>2. He mirado el futuro con placer</b>				
Tanto como siempre	Algo menos de lo que solía hacer	Definitivamente menos	No, nada	
0	1	2	3	
<b>3. Me he culpado sin necesidad cuando las cosas no salían bien</b>				
Sí, la mayoría de las veces	Sí, algunas veces	No muy a menudo	No, nunca	
3	2	1	0	
<b>4. He estado ansiosa y preocupada sin motivo</b>				
No, para nada	Casi nada	Sí, a veces	Sí, a menudo	
0	1	2	3	
<b>5. He sentido miedo y pánico sin motivo alguno</b>				
Sí, bastante	Sí, a veces	No, no mucho	No, nada	
3	2	1	0	
<b>6. Las cosas me oprimen o agobian</b>				
Sí, la mayor parte de las veces	Sí, a veces	No, casi nunca	No, nada	
3	2	1	0	
<b>7. Me he sentido tan infeliz que he tenido dificultad para dormir</b>				
Sí, la mayoría de las veces	Sí, algunas veces	No muy a menudo	No, nunca	
3	2	1	0	
<b>8. Me he sentido triste y desgraciada</b>				
Sí, casi siempre	Sí, bastante a menudo	No muy a menudo	No, nada	
3	2	1	0	
<b>9. He sido tan infeliz que he estado llorando</b>				
Sí, casi siempre	Sí, bastante a menudo	Solo en ocasiones	No, nunca	
3	2	1	0	
<b>10. He pensado en hacerme daño a mí misma</b>				
Sí, bastante a menudo	A veces	Casi nunca	No, nunca	
3	2	1	0	
<b>TOTAL</b>				

*Extraída de Cox, J.L., Holden, J.M., & Sagovsky, R. (1987). Escala de Depresión de Post-Parto de Edinburgo (EPDS). British Journal of Psychiatry, Vol. 150. 1/07*