

ESCALA DE EDINBURGO (Spanish Version)

Nombre: _____ Fecha: _____

Nombre de su hijo/hija: _____ Numero de teléfono: _____

Como usted hace poco tuvo un bebé, nos gustaría saber como se ha estado sintiendo. Por favor SUBRAYE la respuesta que más se acerca a como se ha sentido en los últimos 7 días, no solo como se siente hoy día.

O

Por favor haga un círculo alrededor de la respuesta que más se acerca a como se ha sentido en los últimos 7 días.

Este es un ejemplo ya completo:

Me he sentido contenta:

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

Esto significa: "Me he sentido contenta casi siempre" durante la semana pasada. Por favor complete las otras preguntas de la misma manera.

En los últimos 7 días:

1. He podido reír y ver el lado bueno de las cosas:

- 0 Tanto como siempre he podido
- 1 No tanto ahora
- 2 Mucho menos
- 3 No, no he podido

2. He mirado al futuro con placer:

- 0 Tanto como siempre he podido
- 1 Algo menos de lo que solía hacer
- 2 Definitivamente menos de lo que solía hacer
- 3 No, nada

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

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

4. He estado ansiosa y preocupada sin motivo:

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

5. He sentido miedo o pánico sin motivo alguno:

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

En los últimos 7 días:

6. Las cosas me oprimen o agobian:

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

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

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

8. Me he sentido triste y desgraciada:

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

9. Me he sentido tan infeliz que he estado llorando:

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

10. He pensado en hacerme daño:

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

Administered/Reviewed by _____ Date _____