

Spanish

SUS SENTIMIENTOS DURANTE LA SEMANA PASADA

1. He podido reír y ver el lado bueno de las cosas:
Tanto como siempre
No tanto ahora
Mucho menos
No, no he podido

2. He mirado al futuro con placer:
Tanto como siempre
Algo menos de lo que solía hacer
Definitivamente menos
No, nada

3. Me he culpado innecesariamente cuando las cosas marchaban mal:
Sí, la mayor parte de las veces
Sí, algunas veces
No muy a menudo
No, nunca

4. He estado ansiosa y preocupada sin motivo:
No, nada
Casi nada
Sí, a veces
Sí, a menudo

5. He sentido miedo y pánico sin motivo alguno:
Sí, bastante
Sí, a veces
No, no mucho
No, nada

6. Las cosas me superaban, me sobrepasaban:
Sí, la mayor parte de las veces
Sí, a veces
No, casi nunca
No, nada

7. Me ha sentido tan infeliz, que he tenido dificultad para dormir:
Sí, casi siempre
Sí, a veces
No muy a menudo
No, nada

© The Royal College of Psychiatrists 1987. Translated from Cox, J. L., Holden, J. M. & Sagovsky, R. (1987) Detection of postnatal depression. Development of the 10-item Edinburgh Postnatal Depression Scale. *British Journal of Psychiatry*, 150, 782-786.

8. Me he sentido triste y desgraciada:

Sí, casi siempre

Sí, bastante a menudo

No muy a menudo

No, nada

9. He sido tan infeliz que he estado llorando:

Sí, casi siempre

Sí, bastante a menudo

Sólo ocasionalmente

No, nunca

10. He pensado en hacerme daño a mí misma:

Sí, bastante a menudo

A veces

Casi nunca

No, nunca

© The Royal College of Psychiatrists 1987

The recommendations in this publication do not indicate an exclusive course of treatment or serve as a standard of medical care. Variations, taking into account individual circumstances, may be appropriate. Original document included as part of *Addressing Mental Health Concerns in Primary Care: A Clinician's Toolkit*. Copyright © 2010 American Academy of Pediatrics. All Rights Reserved. The American Academy of Pediatrics does not review or endorse any modifications made to this document and in no event shall the AAP be liable for any such changes.

American Academy of Pediatrics

DEDICATED TO THE HEALTH OF ALL CHILDREN™

