

## ESCALA DE EDINBURGO (Spanish Version)

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.

Or

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

Éste es un ejemplo ya completo:

Nombre de la madre \_\_\_\_\_

Mother's name

Me he sentido contenta:

El nombre del niño \_\_\_\_\_

Child's name

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

Fecha de nacimiento del niño \_\_\_\_\_

Child's date of birth

En los últimos 7 días:

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

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

2. He mirado al futuro con placer:

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

3. Me he culpado sin necesidad cuando las cosas marchaban 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, nada  
1    Casi nada  
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, nada

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, nada

8. Me he sentido triste y desgraciada:

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

9. He estado tan infeliz que he estado llorando:

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

10. He pensado en hacerme daño a mí misma:

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