

Edinburgh Postnatal Depression Scale (EPDS); Cox JL, Holden JM & Sagovsky R, 1987)

Traducció catalana:

Garcia-Esteve L, Gelabert E, Torres A, Subirà S, 2017).

Com que vostè està embarassada o ha tingut un nadó recentment, ens agradaria saber com se sent en aquest moment. Si us plau, subratlli la resposta que trobi més adequada a com s'ha sentit durant els últims 7 dies, no només avui.

Aquest és un exemple ja completat:

M'he sentit feliç:

Sí, la quasi sempre

Sí, de vegades

No, no gaire sovint

No, en absolut

Això significaria: "Durant la setmana passada, quasi sempre m'he sentit feliç".

Si us plau, completi la resta de preguntes de la mateixa manera.

Ens els últims 7 dies:

1. He pogut riure i veure la part divertida de les coses:

Igual que sempre

No tant com sempre

Ara molt menys

En absolut

2. He mirat les coses amb il·lusió:

Igual que sempre

No tant com sempre

Bastant menys de l'habitual

Gairebé mai

3. M'he culpats innecessàriament quan les coses no han sortit bé:

Sí, quasi sempre

Sí, de vegades

No gaire sovint

No, mai

4. M'he sentit nerviosa o preocupada sense motiu:

No, en absolut

Gairebé mai

Sí, de vegades

Sí, molt sovint

5. He tingut por o m'he espantat sense motiu:

Sí, molt sovint

Sí, de vegades

No gaire sovint

No, en absolut

6. Les coses m'han sobrepassat:

Sí, la majoria de vegades no he estat capaç d'afrontar-les

Sí, de vegades no les he afrontat tan bé com sempre

No, la major part de vegades les he afrontat bastant bé

No, he afrontat les coses tan bé com sempre

7. M'he sentit tan infeliç que he tingut dificultat per dormir:

Sí, quasi sempre

Sí, de vegades

No gaire sovint

No, en absolut

8. M'he sentit trista o desgraciada:

Sí, la major part del temps

Sí, bastant sovint

No gaire sovint

No, en absolut

9. M'he sentit tan infeliç que he estat plorant:

Sí, molt sovint

Sí, bastant sovint

Només de tant en tant

No, mai

10. He tingut pensaments de fer-me mal:

Sí, bastant sovint

De vegades

Gairebé mai

Mai