

ESCALA DE EDINBURGO (Spanish Version)

Nombre del bebé: _____

Fecha de nacimiento del bebé: _____ El día de hoy: _____

POR FAVOR CIRCULE la respuesta que más se acerque a cómo se ha sentido EN LOS ÚLTIMOS 7 DÍAS, no solo a cómo se siente hoy. Aquí hay un ejemplo, ya completado:

Este es un ejemplo ya completo:

Me he sentido contenta:

- 1 Si, imper
- 2 Si, asi siempre
- 3 No muy a menudo
- 4 No, nunca

EN LOS ÚLTIMOS SIETE (7) DÍAS:

1. He podido reírme y ver el lado divertido 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 sin necesidad cuando las cosas marchaban mal:
Si, casi siempre
Si, algunas veces
No muy a menudo
No, nunca
4. He estado ansiosa y preocupado sin motivo:
No, nada
Casi nada
Si, a veces
Si, a menudo
5. He sentido miedo o pánico sin motivo alguno:
Si, astante
Si, a veces
No, no mucho
No, nada
6. Las cosas me oprimen o agobian:
Si, asi siempre
Si, a veces
No, casi nunca
No, nada
7. Me he sentido tan infeliz, que he tenido dificultad para dormir:
Si, casi siempre
Si, a menudo
No muy a menudo
No, nada
8. Me he sentido triste y desgraciada:
Si, casi siempre
Si, bastante a menudo
No muy a menudo
No, nada
9. He estado tan infeliz que he estado llorando:
Si, asi siempre
Si, bastante a menudo
Solo ocasionalmente
No, nunca
10. He pensado en hacerme daño a mí misma:
3 Si, astante a menudo
Si, a menudo
Casi nunca
No, nunca