

EPDS en Español

Edinburgh Postnatal Depression Scale — Depresión postnatal

Instrucciones de aplicación

Marque la respuesta que mejor describe cómo se ha sentido durante la **última semana**. 10 ítems, escala 0–3.
Tiempo: 3 min. Corte ≥ 10 sugiere depresión postnatal.

Consulte clave EPDS: algunos ítems invertidos (0 = como siempre · 3 = nunca/casi nunca)

#	Ítem / Pregunta	0	1	2	3
1	He podido reírme y ver el lado divertido de las cosas	■	■	■	■
2	Me he sentido con ganas de disfrutar de las cosas	■	■	■	■
3	Me he culpado innecesariamente cuando las cosas han ido mal	■	■	■	■
4	Me he sentido ansioso(a) o preocupado(a) sin razón	■	■	■	■
5	Me he sentido asustado(a) o en pánico sin razón	■	■	■	■
6	Se me ha ido todo encima	■	■	■	■
7	Me he sentido tan infeliz que he tenido dificultad para dormir	■	■	■	■
8	Me he sentido triste o muy desdichado(a)	■	■	■	■
9	Me he sentido tan infeliz que he llorado	■	■	■	■
10	Se me han ocurrido ideas de hacerme daño	■	■	■	■

PUNTAJE TOTAL: _____ / 30 · **Corte:** ≥ 10 · **Ítem 10 > 0:** evaluar riesgo

Interpretación del puntaje

Puntaje	Resultado	Acción sugerida
0 – 9	Negativo	Monitoreo rutinario postparto
10 – 12	Posible depresión	Evaluación clínica; seguimiento
13 – 30	Probable depresión	Intervención activa; valorar tratamiento

Tamiza depresión postnatal con EPDS en Kalyo — kalyo.io