

EDINBURGH POSTNATAL DEPRESSION SCALE (EPDS)

The EPDS consists of 10 questions. The test can usually be completed in less than 5 minutes. Responses are scored 0, 1, 2, or 3 according to increased severity of the symptom. Items marked with an asterisk (*) are reverse scored (i.e., 3, 2, 1, and 0). The total score is determined by adding together the scores for each of the 10 items.

Referral Cut-Off Scores

The cut-off score for women is 9. Any score above 9 should receive a referral.

The cut-off score for men is 10. Any score above 10 should receive a referral.

Any person who scores 1 or higher on question #10 should be referred immediately.

Instructions for Users

1. The caregiver is asked to underline 1 of 4 possible responses that comes the closest to how s/he has been feeling the previous 7 days.
2. All 10 items must be completed.
3. Care should be taken to avoid the possibility of the caregiver discussing her/his answers with others.
4. The caregiver should complete the scale her/himself, unless s/he has limited English or has difficulty with reading.

Nombre:

Fecha:

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:

Me he sentido contenta:

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

En los últimos 7 días:

- | | |
|---|---|
| 1. He podido reír y ver el lado bueno de las cosas: Tanto como siempre No tanto ahora Mucho menos No, no he podido | *6. Las cosas me oprimen o agobian: Sí, casi siempre Sí, a veces No, casi nunca No, nada |
| 2. He mirado al futuro con placer: Tanto como siempre Algo menos de lo que solía hacer Definitivamente menos No, nada | *7. Me he sentido tan infeliz, que he tenido dificultad para dormir: Sí, casi siempre Sí, a menudo No muy a menudo No, nada |
| *3 Me he culpado sin necesidad cuando las cosas marchaban mal: Sí, casi siempre Sí, algunas veces No muy a menudo No, nunca | *8. Me he sentido triste y desgraciada: Sí, casi siempre Sí, bastante a menudo No muy a menudo No, nada |
| 3. He estado ansiosa y preocupada sin motivo: No, nada Casi nada Sí, a veces Sí, a menudo | *9 He estado tan infeliz que he estado llorando: Sí, casi siempre Sí, bastante a menudo Sólo ocasionalmente No, nunca |
| *5. He sentido miedo o pánico sin motivo alguno: Sí, bastante Sí, a veces No, no mucho No, nada | *10. He pensado en hacerme daño a mí misma: Sí, bastante a menudo Sí, a menudo Casi nunca No, nunca |

EDINBURGH POSTNATAL DEPRESSION SCALE (EPDS)

J. L. Cox, J.M. Holden, R. Sagovsky

From: *British Journal of Psychiatry* (1987), 150, 782-786.