



DRA. MJ GIBERT
Ginecologia i obstetrícia
www.doctoragibert.com

CRIBRATGE DE LA DEPRESSIÓ POSTPART (EDINBURGH POSTPARTUM DEPRESSION SCALE)

Per a què serveix el qüestionari?

L'EDPS o l'Edinburgh Postpartum Depression Scale és un qüestionari de detecció de la depressió puerperal. Ha estat validat a població espanyola i es pot utilitzar **durant l'embaràs i les 8 primeres setmanes després del part.**

És important que respongui el qüestionari sola i sense ajuda. Si la puntuació obtinguda és de 10 o més, es posi en contacte amb consulta@doctoragibert.com i li envii un escaneig o una foto de les seves respostes.

Data ____/____/20____

Nom i llinatges _____

Per favor, marqui la resposta que consideri més adequada sobre com s'ha trobat avui i els darrers 7 dies.

PREGUNTES	RESPOSTES	PUNTS
1. He pogut riure i veure el costat divertit de les coses:	☐ Tant com sempre	0
	☐ Ara, no tant com sempre	1
	☐ Ara, molt manco	2
	☐ No, en absolut	3
2. He mirat el futur amb il·lusió:	☐ Tant com sempre	0
	☐ Una mica manco del que és habitual en mi	1
	☐ Bastant menys del que és habitual en mi	2
	☐ Quasi gens	3
3. M'he donat la culpa sense necessitat quan les coses no anaven bé:	☐ Sí, quasi sempre	3
	☐ Sí, a vegades	2
	☐ No molt sovint	1
	☐ No, mai	0
4. M'he sentit ansiosa o preocupada sense motiu:	☐ No, mai	0
	☐ Quasi mai	1
	☐ Sí, algunes vegades	2
	☐ Sí, sovint	3
5. He sentit por o pànic sense motiu:	☐ Sí, bastant	3
	☐ Sí, a vegades	2
	☐ No, no molt	1
	☐ No, gens	0
6. Les coses m'afecten:	☐ Sí, la majoria de les vegades no he sigut capaç d'afrontar-les	3
	☐ Sí, a vegades no he sigut capaç d'afrontar-les tan bé com sempre	2
	☐ No, la major part de les vegades les he afrontat bastant bé	1
	☐ No, he afrontat les coses tan bé com sempre	0
7. M'he sentit tan infeliç que he tengut dificultats per dormir:	☐ Sí, quasi sempre	3
	☐ Sí, bastant sovint	2
	☐ No molt sovint	1
	☐ No, gens	0
8. M'he sentit trista o desgraciada:	☐ Sí, quasi sempre	3
	☐ Sí, bastant sovint	2
	☐ No molt sovint	1
	☐ No, gens	0
9. M'he sentit tan infeliç que he estat plorant:	☐ Sí, quasi sempre	3
	☐ Sí, bastant sovint	2
	☐ Només de tant en tant	1
	☐ No, mai	0
10. He pensat en fer-me mal a jo mateixa:	☐ Sí, bastant sovint	3
	☐ A vegades	2
	☐ Quasi mai	1
	☐ Mai	0

Bibliografia:

Garcia-Esteve L, Ascaso C, Ojuel J, Navarro P. Validation of the Edinburgh Postnatal Depression Scale (EPDS) in Spanish mothers. J Affect Disord. 2003 Jun;75(1):71-6.