

Escala de Depressão Pós-Parto de Edinburgo

Edinburgh Postnatal Depression Scale (Cox et al., 1987) – tradução de M.F.S. dos Santos e C.C. Moraes; supervisão da tradução J.D.F.P. Santos; validação de M.F.S. dos Santos, F.M.C. Martins e L. Pasquali

Texto da EPDS conforme validação no Brasil

Você teve há pouco tempo um bebê e nós gostaríamos de saber como você está se sentindo. Por favor, marque a resposta que mais se aproxima do que você tem sentido NOS ÚLTIMOS SETE DIAS, não apenas como você está se sentindo hoje.

Nos últimos sete dias...

1) Eu tenho sido capaz de rir e achar graça das coisas:

- Como eu sempre fiz.
- Não tanto quanto antes.
- Sem dúvida, menos que antes.
- De jeito nenhum.

2) Eu sinto prazer quando penso no que está por acontecer em meu dia-a-dia:

- Como sempre senti.
- Talvez, menos que antes.
- Com certeza menos.
- De jeito nenhum.

3) Eu tenho me culpado sem necessidade quando as coisas saem erradas:

- Sim, na maioria das vezes.
- Sim, algumas vezes.
- Não muitas vezes.
- Não, nenhuma vez.

4) Eu tenho me sentido ansiosa ou preocupada sem uma boa razão:

- Não, de maneira alguma.
- Pouquíssimas vezes.
- Sim, algumas vezes.
- Sim, muitas vezes.

5) Eu tenho me sentido assustada ou em pânico sem um bom motivo:

- Sim, muitas vezes.
- Sim, algumas vezes.
- Não muitas vezes.
- Não, nenhuma vez.

6) Eu tenho me sentido esmagada pelas tarefas e acontecimentos do meu dia-a-dia:

- Sim. Na maioria das vezes eu não consigo lidar bem com eles.
- Sim. Algumas vezes não consigo lidar bem como antes.
- Não. Na maioria das vezes consigo lidar bem com eles.
- Não. Eu consigo lidar com eles tão bem quanto antes.

7) Eu tenho me sentido tão infeliz que eu tenho tido dificuldade de dormir:

- Sim, na maioria das vezes.
- Sim, algumas vezes.
- Não muitas vezes.
- Não, nenhuma vez.

8) Eu tenho me sentido triste ou arrasada:

- Sim, na maioria das vezes.
- Sim, muitas vezes.
- Não muitas vezes.
- Não, de jeito nenhum.

9) Eu tenho me sentido tão infeliz que eu tenho chorado:

- Sim, quase todo o tempo.

- Sim, muitas vezes.
- De vez em quando.
- Não, nenhuma vez.

10) A idéia de fazer mal a mim mesma passou por minha cabeça:

- Sim, muitas vezes, ultimamente.
- Algumas vezes nos últimos dias.
- Pouquíssimas vezes, ultimamente.
- Nenhuma vez.

Nota: Forma de pontuação da EPDS – nos itens 1, 2, e 4 a pontuação para a seqüência de alternativas de resposta é: 0, 1, 2 e 3. Nos demais itens, a pontuação da seqüência de alternativas de resposta é: 3, 2, 1 e 0.