Lumina Measures

EPDS

Escala de Depressão Pós-Parto de Edimburgo

Versão em português · 10 itens

Nome _____

Data _____

Nós gostaríamos de saber como você está se sentindo nesses ÚLTIMOS SETE DIAS, não apenas como você está se sentindo hoje. Nos últimos 7 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 do 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 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 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.

Referências

Escala de Depressão Pós-Parto de Edimburgo. Versão em português · 10 itens. Formulário da versão apresentada.

COX, J. L.; HOLDEN, J. M.; SAGOVSKY, R. Detection of postnatal depression: development of the 10-item Edinburgh Postnatal Depression Scale. The British Journal of Psychiatry, v. 150, n. 6, p. 782-786, 1987. https://doi.org/10.1192/bjp.150.6.782

SANTOS, I. S.; MATIJASEVICH, A.; TAVARES, B. F.; BARROS, A. J. D.; BOTELHO, I. P.; LAPOLLI, C.; MAGALHÃES, P. V. S.; BARBOSA, A. P. P. N.; BARROS, F. C. Validation of the Edinburgh Postnatal Depression Scale (EPDS) in a sample of mothers from the 2004 Pelotas Birth Cohort Study. Cadernos de Saúde Pública, Rio de Janeiro, v. 23, n. 11, p. 2577-2588, 2007. https://doi.org/10.1590/S0102-311X2007001100005