

Por favor, lea cada enunciado y decida con que frecuencia el enunciado describe la forma en que usted se ha sentido en los últimos días.

Por favor, marque x en la columna adecuada	Poco tiempo	Algo de Tiempo	Una buena parte del tiempo	La mayor parte del tiempo
1. Me siento decaído y triste.				
2. Por la mañana es cuando me siento mejor.				
3. Siento ganas de llorar o irrumpo en llanto.				
4. Tengo problemas para dormir por la noche.				
5. Como la misma cantidad de siempre.				
6. Todavía disfruto el sexo.				
7. He notado que estoy perdiendo peso.				
8. Tengo problemas de estreñimiento.				
9. Mi corazón late más rápido de lo normal.				

10. Me canso sin razón alguna.				
11. Mi mente está tan clara como siempre.				
12. Me es fácil hacer lo que siempre hacía.				
13. Me siento agitado y no puedo estar quieto.				
14. Siento esperanza en el futuro.				
15. Estoy más irritable de lo normal.				
16. Me es fácil tomar decisiones.				
17. Siento que soy útil y me necesitan.				
18. Mi vida es bastante plena.				
19. Siento que los demás estarían mejor si yo muriera.				
20. Todavía disfruto de las cosas que disfrutaba antes.				

## RESULTADOS

En las preguntas 2, 5, 6, 11, 12, 14, 16, 17, 18, 20

Coloque el número 4, 3, 2 y 1 respectivamente como en el siguiente ejemplo:

<b>Poco tiempo</b> <b>4</b>	<b>Algo de Tiempo</b> <b>3</b>	<b>Una buena parte del tiempo</b> <b>2</b>	<b>La mayor parte del tiempo</b> <b>1</b>
--------------------------------	-----------------------------------	---	--

Sume la puntuación de acuerdo con su respuesta.

En las preguntas: 1,3,4,7,8,9,10,13,15 y 19

Coloque el número 1, 2, 3 y 4 respectivamente como en el siguiente ejemplo:

<b>Poco tiempo</b> <b>1</b>	<b>Algo de Tiempo</b> <b>2</b>	<b>Una buena parte del tiempo</b> <b>3</b>	<b>La mayor parte del tiempo</b> <b>4</b>
--------------------------------	-----------------------------------	---	--

Sume la puntuación de acuerdo con su respuesta y súmela a los resultados anteriores.

El rango de calificación es de 20-80.

- ◆ 25-49 rango normal
- ◆ 50-59 Ligeramente deprimido
- ◆ 60-69 Moderadamente deprimido
- ◆ 70 o más, Severamente deprimido

Si usted tiene una calificación mayor a 50 le sugerimos contactarnos, de esta manera podremos ayudarle.

**Dra. Marina Hernández | [contacto@dramarinahdz.com](mailto:contacto@dramarinahdz.com) | T: (664) 684-13-21**