

ESCALA DE EVALUACIÓN DE LA SINTOMATOLOGÍA DEPRESIVA

En la siguiente tabla vas a encontrar preguntas sobre **tus pensamientos durante EL ÚLTIMO MES**. Responde por favor **rodeando con un círculo la respuesta** que mejor se ajuste a tus pensamientos. Por ejemplo, si en el último mes te has sentido muchas veces deprimido, rodea el 3 en la pregunta 3. Lo más adecuado es **responder sin pensar demasiado**, teniendo en cuenta los siguientes cuatro números que aparecen en la tabla.

Nunca 1	Pocas veces 2	Muchas veces 3	Siempre 4
------------	------------------	-------------------	--------------

1. Sentía como si no pudiera quitarme de encima la tristeza, ni siquiera con la ayuda de mi familia o amigos-----	1	2	3	4
2. Me costaba concentrarme en lo que estaba haciendo-----	1	2	3	4
3. Me sentí deprimido-----	1	2	3	4
4. Me parecía que todo lo que hacía era un esfuerzo-----	1	2	3	4
5. No dormí bien-----	1	2	3	4
6. Disfruté de la vida-----	1	2	3	4
7. Me sentí triste-----	1	2	3	4