

Detección de Depresión Posparto utilizando la Escala de Edimburgo



La llegada de un bebé puede generar tristeza, frustración y angustia en algunos casos. Estos sentimientos se conocen como tristeza perinatal y suelen desaparecer después de las primeras semanas posteriores al nacimiento. Sin embargo, si estos síntomas se pueden intensificar y no mejoran con el tiempo, pueden convertirse en depresión posparto, cuya gravedad puede poner en peligro tanto a la madre como al bebé.

¿Qué es la escala de depresión posparto de Edimburgo?

La Escala de Depresión Posnatal de Edimburgo (EPDS, por sus siglas en inglés), es un instrumento diseñado para evaluar la presencia y gravedad de síntomas depresivos en personas después del parto. La EPDS consta de 10 ítems que exploran diferentes aspectos emocionales de la madre, como el estado de ánimo, la ansiedad y la dificultad para dormir. Cada ítem se valora en puntos de 0 a 3, donde 0 indica la ausencia de síntomas y 3 refleja una mayor frecuencia o intensidad de estos. Al sumar las puntuaciones de todos los ítems, se obtiene un total que refleja el nivel de sintomatología depresiva.



¿Cuál es el objetivo de la escala?

Su objetivo principal es identificar a las mujeres que presentan síntomas de depresión, para que puedan recibir el apoyo y tratamiento adecuados. Los resultados ayudan a los profesionales de la salud a determinar si se requiere una evaluación más exhaustiva y a establecer un plan de acción.



Precauciones al utilizar la EPDS

Aunque la escala es un recurso valioso, no debe considerarse un diagnóstico definitivo de depresión posparto. Los resultados deben ser interpretados por profesionales de la salud mental perinatal, quienes evalúan la situación de manera integral.

Aspecto Social y Emocional

Para recomendaciones, herramientas y recursos de cómo usted y su familia pueden afrontar las preocupaciones emocionales y físicas que se presentan durante y tras su tratamiento médico, por favor, visite a su médico primario o comuníquese a las siguientes líneas telefónicas:

Línea de Consejería Médica 1-844-347-7801
TTY/TDD 1-844-347-7804
APS Health 787-641-9133

Referencias:

<https://lamenteesmaravillosa.com/que-es-la-escala-de-depresion-posnatal-de-edimburgo-epds/>

<https://neuro-class.com/escala-de-edimburgo-prevencion-en-depresion-posparto/>

Preparado por Educadores en Salud licenciados.
Revisado en agosto 2025.
©First Medical Health Plan, Inc.