

Fecha de la evaluación:

Día
Mes
Año

CUESTIONARIO CORTO DE SINTOMATOLOGÍA DEPRESIVA (16 PREGUNTAS) (AUTOEVALUACIÓN) (QIDS-SR₁₆)

Por favor, ponga una X en el cuadro al lado de la respuesta más adecuada para usted durante los últimos 7 días.

Durante los últimos 7 días...

1. Quedarse dormido/a:

- [0] Nunca me demoro más de 30 minutos en quedarme dormido/a.
- [1] Me demoro por lo menos 30 minutos en quedarme dormido/a, menos de la mitad de las veces.
- [2] Me demoro por lo menos 30 minutos en quedarme dormido/a, más de la mitad de las veces.
- [3] Me demoro más de 60 minutos en quedarme dormido/a, más de la mitad de las veces.

2. Dormir durante la noche:

- [0] No me despierto durante la noche.
- [1] Tengo el sueño superficial, ligero, con pocas despertadas breves cada noche.
- [2] Me despierto por lo menos una vez por noche, pero me vuelvo a dormir fácilmente.
- [3] Me despierto más de una vez por noche y me quedo despierto/a por 20 minutos o más, más de la mitad de las veces.

3. Despertarse demasiado temprano:

- [0] La mayoría de veces me despierto no más de 30 minutos antes de lo necesario para levantarme.
- [1] Más de la mitad de las veces me despierto más de 30 minutos antes de lo necesario para levantarme.
- [2] Casi siempre me despierto por lo menos una hora aproximadamente antes de lo necesario, pero después de un rato me vuelvo a dormir.
- [3] Me despierto al menos una hora antes de lo necesario, y no me puedo volver a dormir.

4. Dormir demasiado:

- [0] Duermo no más de 7 u 8 horas por noche, sin hacer siestas durante el día.
- [1] Duermo no más de 10 horas en un periodo de 24 horas incluyendo las siestas.
- [2] Duermo no más de 12 horas en un periodo de 24 horas incluyendo las siestas.
- [3] Duermo más de 12 horas en un periodo de 24 horas incluyendo las siestas.

ECU:SP (Ecuador/Spanish)

**CUESTIONARIO CORTO DE SINTOMATOLOGÍA DEPRESIVA
(16 PREGUNTAS) (AUTOEVALUACIÓN) (QIDS-SR₁₆) (continuación)**

Por favor, ponga una X en el cuadro al lado de la respuesta más adecuada para usted durante los últimos 7 días.

Durante los últimos 7 días...

5. Sentirse triste:

- [0] No me siento triste.
- [1] Me siento triste menos de la mitad del tiempo.
- [2] Me siento triste más de la mitad del tiempo.
- [3] Me siento triste casi todo el tiempo.

Por favor responda la pregunta 6 o la 7 (no ambas)

6. Disminución del apetito:

- [0] Mi apetito no ha disminuido.
- [1] Como un poco menos frecuentemente o cantidades menores de comida que lo normal.
- [2] Como mucho menos que lo normal y sólo esforzándome.
- [3] Como muy pocas veces en un periodo de 24 horas, y sólo esforzándome mucho o cuando otros me convencen para que coma.

- O -

7. Aumento del apetito:

- [0] Mi apetito no ha aumentado.
- [1] Siento necesidad de comer más frecuentemente que lo normal.
- [2] Regularmente como más frecuentemente y/o mayores cantidades de comida que lo normal.
- [3] Me siento impulsado/a a comer demasiado a la hora de comer y entre las comidas.

ECU:SP (Ecuador/Spanish)

**CUESTIONARIO CORTO DE SINTOMATOLOGÍA DEPRESIVA
(16 PREGUNTAS) (AUTOEVALUACIÓN) (QIDS-SR₁₆) (continuación)**

Por favor, ponga una X en el cuadro al lado de la respuesta más adecuada para usted durante los últimos 7 días.

Durante los últimos 7 días...

Por favor responda la pregunta 8 o la 9 (no ambas)

8. Disminución de peso (durante los últimos 14 días):

- [0] No he bajado de peso.
- [1] Siento como si hubiese tenido una pequeña pérdida de peso.
- [2] He bajado 1 kilo o más de peso.
- [3] He bajado más de 2 kilos de peso.

- O -

9. Aumento de peso (durante los últimos 14 días):

- [0] No he subido de peso.
- [1] Siento como si hubiese tenido un pequeño aumento de peso.
- [2] He aumentado 1 kilo o más de peso.
- [3] He aumentado más de 2 kilos de peso.

10. Concentración o toma de decisiones:

- [0] No hay cambios en mi capacidad normal para concentrarme o tomar decisiones.
- [1] Ocasionalmente me siento indeciso/a o noto que mi atención se desvía.
- [2] La mayor parte del tiempo lucho para fijar mi atención o para tomar decisiones.
- [3] No me puedo concentrar suficientemente bien para leer o no puedo tomar ni siquiera pequeñas decisiones.

11. Percepción de mí mismo/a:

- [0] Me veo a mí mismo/a tan bueno/a y valioso/a como el resto de las personas.
- [1] Me siento más culpable que lo normal.
- [2] Creo firmemente que les causo problemas a los demás.
- [3] Pienso casi constantemente en mis defectos grandes y pequeños.

ECU:SP (Ecuador/Spanish)

**CUESTIONARIO CORTO DE SINTOMATOLOGÍA DEPRESIVA
(16 PREGUNTAS) (AUTOEVALUACIÓN) (QIDS-SR₁₆) (continuación)**

Por favor, ponga una X en el cuadro al lado de la respuesta más adecuada para usted durante los últimos 7 días.

Durante los últimos 7 días...

12. Pensamientos de muerte o de suicidio:

- [0] No pienso en el suicidio ni en la muerte.
- [1] Siento que la vida carece de sentido o me pregunto si vale la pena vivir.
- [2] Pienso en el suicidio o en la muerte varias veces por semana durante varios minutos.
- [3] Pienso en el suicidio o en la muerte detalladamente varias veces al día, o he hecho planes específicos para suicidarme o realmente he intentado quitarme la vida.

13. Interés general:

- [0] No hay cambios fuera de lo normal en mi interés en los demás o en otras actividades.
- [1] Noto que estoy menos interesado/a en los demás o en otras actividades.
- [2] Encuentro que tengo interés sólo en una o dos de las actividades que solía realizar anteriormente.
- [3] Prácticamente no tengo interés en las actividades que solía realizar anteriormente.

14. Nivel de energía:

- [0] No hay cambios en mi nivel normal de energía.
- [1] Me canso más fácilmente que lo normal.
- [2] Tengo que hacer un gran esfuerzo para comenzar o terminar mis actividades diarias habituales (por ejemplo, hacer las compras, las tareas para la casa, cocinar o ir a trabajar).
- [3] Realmente no puedo hacer la mayoría de mis actividades diarias normales porque no tengo energía.

ECU:SP (Ecuador/Spanish)

**CUESTIONARIO CORTO DE SINTOMATOLOGÍA DEPRESIVA
(16 PREGUNTAS) (AUTOEVALUACIÓN) (QIDS-SR₁₆) (continuación)**

Por favor, ponga una X en el cuadro al lado de la respuesta más adecuada para usted durante los últimos 7 días.

Durante los últimos 7 días...

15. Sensación de lentitud:

- [0] Pienso, hablo y me muevo con mi ritmo normal.
- [1] Creo que mi pensamiento es más lento o mi voz suena desanimada o apagada.
- [2] Me demoro varios segundos en responder la mayoría de las preguntas y estoy seguro/a de que mi pensamiento es más lento que lo normal.
- [3] Con frecuencia soy incapaz de responder preguntas sin tener que hacer un gran esfuerzo.

16. Sentirse inquieto/a:

- [0] No me siento inquieto/a.
- [1] Con frecuencia me siento inquieto/a, retuerzo las manos, o necesito cambiar de posición cuando estoy sentado/a.
- [2] Siento el impulso de moverme de un lado a otro y me siento bastante inquieto/a.
- [3] A veces no puedo quedarme sentado/a y necesito caminar de un lado a otro.

ECU:SP (Ecuador/Spanish)

©2000 A. John Rush, M.D.

Nota: El uso del cuestionario requiere de autorización para cada nuevo estudio.

**CUESTIONARIO CORTO DE SINTOMATOLOGÍA DEPRESIVA
(16 PREGUNTAS) (AUTOEVALUACIÓN) (QIDS-SR₁₆) (continuación)**

HOJA DE PUNTUACIÓN DEL QIDS-SR16

Para asignar el puntaje al QIDS-SR16:

- Anote el puntaje más alto de cualquiera de las 4 preguntas sobre el dormir (1-4 previas)
- Pregunta 5
- Anote el puntaje más alto de cualquiera de las preguntas sobre apetito y peso (6-9)
- Pregunta 10
- Pregunta 11
- Pregunta 12
- Pregunta 13
- Pregunta 14
- Anote el puntaje más alto de cualquiera de las 2 preguntas sobre condición psicomotora (15 y 16)
- 20. Puntaje Total (Rango: 0 - 27)**

ECU:SP (Ecuador/Spanish)