

5.4. Escala Autoaplicada para la Medida de la Depresión de Zung y Conde

Instrucciones: A continuación se expresan varias respuestas posibles a cada uno de los 20 apartados. Detrás de cada frase marque con una cruz la casilla que mejor refleje su situación actual.

- A: Muy poco tiempo, muy pocas veces, raramente
 B: Algún tiempo, algunas veces, de vez en cuando
 C: Gran parte del tiempo, muchas veces, frecuentemente
 D: Casi siempre, siempre, casi todo el tiempo

	<i>A</i>	<i>B</i>	<i>C</i>	<i>D</i>
Me siento triste y deprimido	☐	☐	☐	☐
Por las mañanas me siento mejor que por las tardes	☐	☐	☐	☐
Frecuentemente tengo ganas de llorar y a veces lloro	☐	☐	☐	☐
Me cuesta mucho dormir o duermo mal por la noche	☐	☐	☐	☐
Ahora tengo tanto apetito como antes	☐	☐	☐	☐
Todavía me siento atraído por el sexo opuesto	☐	☐	☐	☐
Creo que estoy adelgazando	☐	☐	☐	☐
Estoy estreñado	☐	☐	☐	☐
Tengo palpitaciones	☐	☐	☐	☐
Me canso por cualquier cosa	☐	☐	☐	☐
Mi cabeza está tan despejada como antes	☐	☐	☐	☐
Hago las cosas con la misma facilidad que antes	☐	☐	☐	☐
Me siento agitado e intranquilo y no puedo estar quieto	☐	☐	☐	☐
Tengo esperanza y confianza en el futuro	☐	☐	☐	☐
Me siento más irritable que habitualmente	☐	☐	☐	☐
Encuentro fácil tomar decisiones	☐	☐	☐	☐
Me creo útil y necesario para la gente	☐	☐	☐	☐
Encuentro agradable vivir, mi vida es plena	☐	☐	☐	☐
Creo que sería mejor para los demás si me muriera	☐	☐	☐	☐
Me gustan las mismas cosas que habitualmente me agradaban	☐	☐	☐	☐