

INVENTARIO DE DEPRESIÓN (BECK ET AL., 1961) (Adaptación de Montorio, 1990)

Cuestionario de Beck

Nombre _____	Apellidos _____
Edad _____	Sexo _____
Motivos de evaluación _____	
Años de estudio _____	Fecha _____
Residencia _____	Tipo de Residencia _____
INSTRUCCIONES:	
A continuación se expresan varias respuestas posibles a cada uno de los 19 apartados; señale con una cruz (X) la frase que mejor refleje su situación.	
<p>1. <input type="checkbox"/> Esta tristeza me produce verdaderos sufrimientos.</p> <p><input type="checkbox"/> No me encuentro triste.</p> <p><input type="checkbox"/> Ya no puedo soportar esta pena.</p> <p><input type="checkbox"/> Tengo siempre como una pena encima que no me la puedo quitar.</p>	
<p>2. <input type="checkbox"/> Me siento desaminado cuando pienso en el futuro.</p> <p><input type="checkbox"/> Creo que nunca me recuperaré de mis penas.</p> <p><input type="checkbox"/> No soy especialmente pesimista, ni creo que las cosas me vayan a ir mal.</p> <p><input type="checkbox"/> No espero nada bueno de la vida.</p> <p><input type="checkbox"/> No espero nada. Esto no tiene remedio.</p>	
<p>3. <input type="checkbox"/> He fracasado totalmente como persona (padre, marido, madre, hijo, profesionalmente).</p> <p><input type="checkbox"/> He tenido más fracasos que la mayoría de la gente.</p> <p><input type="checkbox"/> Siento que he hecho pocas cosas que valgan la pena.</p> <p><input type="checkbox"/> No me considero fracasado.</p> <p><input type="checkbox"/> Veo mi vida llena de fracasos.</p>	
<p>4. <input type="checkbox"/> Ya nada me llena.</p> <p><input type="checkbox"/> Me encuentro insatisfecho conmigo mismo.</p> <p><input type="checkbox"/> Ya no me divierte lo que antes me divertía.</p> <p><input type="checkbox"/> No estoy especialmente insatisfecho.</p> <p><input type="checkbox"/> Estoy harto de todo.</p>	
<p>5. <input type="checkbox"/> A veces me siento despreciable y mala persona.</p> <p><input type="checkbox"/> Me siento bastante culpable.</p> <p><input type="checkbox"/> Me siento prácticamente todo el tiempo mala persona y despreciable.</p> <p><input type="checkbox"/> No me siento culpable.</p>	
<p>6. <input type="checkbox"/> Estoy descontento consigo mismo.</p> <p><input type="checkbox"/> No me aprecio.</p> <p><input type="checkbox"/> Me odio (me desprecio).</p> <p><input type="checkbox"/> Estoy asqueado de mí.</p> <p><input type="checkbox"/> Estoy satisfecho de mí mismo.</p>	

7. No creo ser peor que otros..
 Me acuso a mí mismo de todo lo que me va mal.
 Me siento culpable de todo lo malo que ocurre.
 Siento que tengo muchos y muy graves defectos.
 Me critico mucho a causa de mis debilidades y errores.
8. Tengo pensamientos de hacerme daño, pero no llegaría a hacerlo.
 Siento que estaría mejor muerto.
 Siento que mi familia estaría mejor si yo muriera.
 Tengo planes decididos de suicidarme.
 Me mataría si pudiera.
 No tengo pensamientos de hacerme daño.
9. No lloro más de lo habitual.
 Antes podía llorar, ahora no lloro ni aún queriéndolo.
 Ahora lloro continuamente, no puedo evitarlo.
 Ahora lloro más de lo normal.
10. No estoy más irritable que normalmente.
 Me irrito con más facilidad que antes.
 Me siento irritado todo el tiempo.
 Ya no me irrita ni lo que antes me irritaba.
11. He perdido todo mi interés por lo demás y no me importan en absoluto.
 Me intereso por la gente menos que antes.
 No he perdido mi interés por los demás.
 He perdido casi todo mi interés por los demás y apenas tengo sentimientos hacia ellos.
12. Ahora estoy inseguro de mí mismo y procuro evitar el tomar decisiones.
 Tomo mis decisiones como siempre.
 Ya no puedo tomar decisiones en absoluto.
 Ya no puedo tomar decisiones sin ayuda.
13. Puedo trabajar tan bien como antes.
 Tengo que esforzarme mucho para hacer cualquier cosa.
 No puedo trabajar en nada.
 Necesito un esfuerzo extra para empezar a hacer algo.
 No trabajo tan bien como lo hacía antes.
14. Duermo tan bien como antes.
 Me despierto más cansado por la mañana.
 Me despierto una o dos horas antes de lo normal y me resulta difícil volver a dormir.
 Tardo una o dos horas en dormirme por la noche.
 Me despierto sin motivo en mitad de la noche y tardo en volver a dormirme.
 Me despierto temprano todos los días y no duermo más de cinco horas.
 Tardo más de dos horas en dormirme y no duermo más de cinco horas.
 No logro dormir más de tres o cuatro horas.
15. Me canso más fácilmente que antes.
 Cualquier caso que hago me fatiga.
 No me canso más de lo normal.
 Me canso tanto que no puedo hacer nada.

16. He perdido totalmente el apetito.
 Mi apetito no es tan bueno como antes.
 Mi apetito es ahora mucho menor.
 Tengo el mismo apetito de siempre.

17. No he perdido peso últimamente.
 He perdido más de 2 kilos y medio.
 He perdido más de 5 kilos.
 He perdido más de 7 kilos y medio.

18. Estoy tan preocupado por mi salud que me es difícil pensar en otras cosas.
 Estoy preocupado por dolores y trastornos.
 No me preocupa mi salud más de lo normal.
 Estoy constantemente pendiente de lo que me sucede y de cómo me encuentro.

19. Estoy menos interesado por el sexo que antes.
 He perdido todo mi interés por el sexo.
 Apenas me siento atraído sexualmente.
 No he notado ningún cambio en mi atracción por el sexo.

Puntuación Total (P. T.)