

¿Sigue luchando con los síntomas depresivos?

Informar todos sus síntomas a su proveedor de cuidado de la salud es el primer paso para saber si podría tratarse de algo más que depresión. Responda estas preguntas y analice las respuestas con su proveedor. Este cuestionario no está pensado para el autodiagnóstico, así que tráigalo consigo a su próxima cita.

Cuestionario sobre trastornos del estado de ánimo

Responda las preguntas lo mejor que pueda marcando la casilla que corresponda.

1. ¿Hubo algún momento en su vida en el que usted se notaba distinto y ...

	Sí	No
... se sentía tan bien o tan excitado que otras personas pensaron que estaba comportándose de manera inusual o estaba tan excitado que se metió en problemas?		
... estaba tan irritable que le gritaba a la gente o iniciaba peleas o discusiones?		
... se sentía mucho más seguro de sí mismo que de costumbre?		
... dormía mucho menos de lo habitual y sentía que en realidad no le hacía falta?		
... hablaba más o hablaba mucho más rápido que lo habitual?		
... no podía parar de pensar o no podía desacelerar su mente?		
... se distraía tan fácilmente con las cosas que lo rodeaban que tenía dificultades para concentrarse o mantenerse encaminado?		
... tenía mucha más energía que la habitual?		
... estaba mucho más activo o hacía muchas más cosas que de costumbre?		
... estaba mucho más sociable o extrovertido que lo habitual; por ejemplo, llamaba por teléfono a amigos en medio de la noche?		
... estaba mucho más interesado en el sexo que de costumbre?		
... hacía cosas inusuales para usted o que otras personas pudieran considerar excesivas, tontas o arriesgadas?		
... sus gastos le causaron problemas a usted o a su familia?		

2. Si marcó Sí en más de una de las casillas anteriores, ¿alguna vez varias de estas cosas ocurrieron durante el mismo período?

	Sí	No

3. ¿De qué gravedad fueron los problemas causados por estas conductas?

(¿Le impidieron trabajar; le causaron problemas familiares, legales o monetarios; implicaron que participe en discusiones o peleas?)

Ningún problema	Problemas menores	Problemas moderados	Problemas graves

El Cuestionario sobre trastornos del estado de ánimo (MDQ, por sus siglas en inglés) fue desarrollado por Robert M. A. Hirschfeld, MD (Área médica de la Universidad de Texas) y publicado en *Am J Psychiatry*. (Hirschfeld RMA, Williams JBW, Spitzer RL, y colaboradores. Development and validation of a screening instrument for bipolar spectrum disorder: the Mood Disorder Questionnaire. *Am J Psychiatry*. 2000;157(11):1873-1875).