

INFORME PREMIUM

Detección de Depresión (PHQ-9)

Informe de Cribado del Neurodesarrollo

PREPARADO PARA

Ana Santos

Fecha del informe: febrero 25, 2026



Índice

Haz clic en una sección para ir directamente a ella.

01	Resumen y puntuación	Página 3
02	Sus respuestas	Página 3
03	Interpretación IA por Claude	Página 4
04	Recomendaciones	Página 5
05	Aviso Importante	Página 5



Detección de Depresión (PHQ-9)

Informe de Cribado del Neurodesarrollo

17

/ 27

Puntuación

63%

Porcentaje

Depresión moderadamente severa

Resultado

Sus respuestas indican depresión moderadamente severa. Busque apoyo profesional pronto.

Sus respuestas

Cada respuesta contribuyó a su puntaje.

#	Pregunta	Su respuesta	Pts
1	Poco interés o placer en hacer las cosas Mood	Varios días	1
2	Sentirse deprimido/a, con el ánimo bajo o sin esperanza Mood	Varios días	1
3	Dificultad para conciliar el sueño, permanecer dormido/a o dormir demasiado Sleep	Varios días	1
4	Sentirse cansado/a o con poca energía Energy	Varios días	1
5	Poco apetito o comer en exceso Appetite	Varios días	1
6	Sentirse mal consigo mismo/a, o que es un fracaso o que ha decepcionado a su familia Self-esteem	Varios días	1



#	Pregunta	Su respuesta	Pts
7	Dificultad para concentrarse en las cosas, como leer el periódico o ver la televisión Concentration	Más de la mitad de los días	2
8	Moverse o hablar tan despacio que otras personas podrían haberlo notado - o lo contrario, estar tan inquieto/a que se mueve más de lo normal Psychomotor	Varios días	1
9	Pensamientos de que estaría mejor muerto/a o de hacerse daño de alguna manera Suicidality	Varios días	1



Interpretación IA por Claude (Anthropic)

claude-sonnet-4-20250514

Gracias por tomarte el tiempo de completar esta evaluación y, sobre todo, por el valor que implica detenerte a observar cómo te has sentido últimamente. Responder con honestidad a este tipo de cuestionarios no es sencillo, y el simple hecho de haberlo hecho ya dice mucho de tu disposición a cuidarte. Es importante recordar que sentirse abrumado, cansado o sin ánimo durante un periodo prolongado es algo que muchas personas atraviesan en distintos momentos de la vida, y que buscar comprender lo que sientes es un paso valioso, no una señal de debilidad.

Tu puntaje en esta escala de detección (17 de 27 puntos, equivalente al 63%) se ubica en un rango descrito como "moderadamente severo". Esto significa que, en las últimas semanas, es probable que hayas experimentado con bastante frecuencia síntomas como tristeza persistente, falta de energía, dificultad para disfrutar actividades que antes te gustaban, o cambios en el sueño y el apetito. Es fundamental subrayar que este resultado proviene de una herramienta de tamizaje o cribado, no de una evaluación clínica ni un diagnóstico. Su función es orientar, ofrecer una fotografía inicial de tu bienestar emocional, y ayudar a identificar si sería útil profundizar en una conversación con un profesional de la salud.

Mientras das ese paso, hay algunas acciones que pueden acompañarte en el camino. Intenta mantener, en la medida de lo posible, pequeñas rutinas diarias —despertar a horas similares, salir a caminar unos minutos, exponerte a la luz natural— ya que estas anclas cotidianas pueden ofrecer estabilidad cuando todo lo demás se siente incierto. Permítete también hablar con alguien de confianza sobre lo que estás viviendo;



compartirlo no te hace una carga, sino que abre la puerta a recibir apoyo. Y si notas que ciertas actividades te generan aunque sea un instante de calma o conexión, date permiso de repetirlas sin exigirte demasiado.

Te animamos con calidez a conversar con un psicólogo, psiquiatra o médico de confianza, quien podrá escucharte con profundidad y acompañarte de manera personalizada. Pedir ayuda es un acto de fortaleza, y muchas personas que han atravesado momentos similares han encontrado, con el apoyo adecuado, caminos reales hacia el bienestar. No estás solo en esto, y hay ayuda genuina disponible para ti.

Recomendaciones

Contacte un profesional de salud mental pronto. Existen tratamientos eficaces disponibles.

Aviso Importante

Este informe es solo una herramienta de cribado y no constituye un diagnóstico médico o psicológico.

Este test no reemplaza una evaluación profesional. Para un diagnóstico fiable, consulte a un neuropsicólogo, psiquiatra o profesional de salud cualificado.