

Cuestionario de Tamizaje de Depresión de Baron para Deportistas

Baron Depression Screener for Athletes (BDSA) — Versión validada en español (Chile)

Nombre:

Fecha:

Deporte:

Nota de validación: Versión en español traducida, adaptada culturalmente y validada psicométricamente en Chile (N = 197 deportistas federados; nov. 2024–abr. 2025) por Antonio Morales, Matías Moreno, Paula Ortiz-Marholz, Gonzalo Martínez-Zelaya, Paz Silva Caviedes, Natalia Ducó, Francisco Urroz y David Baron (autor original). Aprobado por el Comité de Bioética, Fac. de Educación y Cs. Sociales, Universidad Andrés Bello (Acta 04/2025). Publicado en Sports Psychiatry (Hogrefe), CC BY 4.0.

Vancouver: Morales A, Moreno M, Ortiz-Marholz P, Martínez-Zelaya G, Silva Caviedes P, Ducó N, Urroz F, Baron D. Spanish validation of the Baron Depression Screener for Athletes (BDSA) scale in Chilean athletes. Sports Psychiatry. 2026;1–9. doi:10.1024/2674-0052/a000133

APA 7.ª ed.: Morales, A., Moreno, M., Ortiz-Marholz, P., Martínez-Zelaya, G., Silva Caviedes, P., Ducó, N., Urroz, F., & Baron, D. (2026). Spanish validation of the Baron Depression Screener for Athletes (BDSA) scale in Chilean athletes. Sports Psychiatry, 1–9. <https://doi.org/10.1024/2674-0052/a000133>

Instrucciones: Responda cada ítem marcando la casilla correspondiente, según cómo se ha sentido durante las últimas 2 semanas. 0 = *Nunca* · 1 = *Algunas veces* · 2 = *La mayor parte del tiempo*

#	Ítem	0	1	2
1	Me siento triste incluso después de un buen entrenamiento o una competencia exitosa.	☐	☐	☐
2	Rara vez disfruto competir y he perdido el interés por mi deporte.	☐	☐	☐
3	Siento poco o nada de placer por mis éxitos deportivos.	☐	☐	☐
4	Estoy teniendo problemas con mi apetito y peso corporal.	☐	☐	☐
5	No me siento descansado ni recuperado cuando despierto.	☐	☐	☐
6	Estoy teniendo problemas para mantener mi foco y concentración durante el entrenamiento y la competencia.	☐	☐	☐
7	Me siento un fracaso como atleta y persona.	☐	☐	☐
8	No puedo dejar de pensar en ser un fracaso y en abandonar el deporte.	☐	☐	☐
9	Estoy bebiendo alcohol o tomando suplementos para mejorar mi estado de ánimo.	☐	☐	☐
10	Tengo pensamientos sobre terminar con mi vida.	☐	☐	☐

PUNTAJE TOTAL (suma de columnas marcadas)	=	
--	---	--

Corrección e interpretación: un puntaje total **mayor a 5 puntos**, o una respuesta positiva (1 o 2) en el ítem 10 (ideación suicida), debe motivar la derivación del deportista a un **profesional de salud mental** para evaluación diagnóstica. Este instrumento es de tamizaje y no reemplaza una evaluación clínica formal.

Documento distribuido conforme a la licencia CC BY 4.0. Al reutilizar este material, favor citar la fuente indicada anteriormente.