

# CENTRO DE TRASTORNOS DEL SUEÑO

## ESCALA DE SOMNOLENCIA DE EPWORTH

Nombre: \_\_\_\_\_ Fecha: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ SU SEXO:  masculino  femenino

¿Qué probabilidad hay de que se adormile o se quede dormido(a) en las siguientes situaciones en comparación con sentirse simplemente cansado(a)? Esto se refiere a su forma de vida habitual en estos últimos tiempos. Aunque recientemente no haya realizado alguna de estas actividades, intente pensar la forma en que le afectarían. Use la escala a continuación para seleccionar el número más apropiado para cada situación:

- 0 = nunca se adormilaría ni dormiría
- 1 = escasa posibilidad de adormilarse o de dormirse
- 2 = moderada posibilidad de adormilarse o de dormirse
- 3 = elevada posibilidad de adormilarse o dormirse

### Situación Posibilidad de dormirse

1. Sentado(a) y leyendo  
 0  1  2  3
2. Viendo la TV  
 0  1  2  3
3. Sentado, inactivo(a) en un lugar público (por ej. un teatro, una reunión o un parque)  
 0  1  2  3
4. Como pasajero en un automóvil durante un viaje de una hora seguida  
 0  1  2  3
5. Recostado(a) para descansar por la tarde si las circunstancias lo Permiten  
 0  1  2  3
6. Sentado(a) y hablando con alguien  
 0  1  2  3
7. Sentado(a) en silencio después de un almuerzo sin alcohol  
 0  1  2  3
8. En un automóvil, mientras está detenido(a) en un semáforo por unos Minutos  
 0  1  2  3

Recuento total \_\_\_\_\_

Firma de Paciente: \_\_\_\_\_