

**NOMBRE:** \_\_\_\_\_

**FECHA:** \_\_\_\_\_

### Escala de Somnolencia (EPWORTH)

La escala de Epworth mide su nivel de sueño durante el día. Es utilizada para asistir al diagnóstico inicial y al seguimiento de los disturbios del sueño asociados a somnolencia excesiva.

**Instrucciones:**

**¿Qué tan probable es que usted se duerma o dormite en las siguientes situaciones, más allá de sentirse cansado?** Responda las preguntas basado en su estilo de vida reciente. Si no ha realizado alguna de estas actividades recientemente, imagínese cómo cada situación lo afectaría. (Para facilitar la aplicación de la escala se utiliza el género masculino en los enunciados).

Use la siguiente escala para elegir el número más apropiado para cada situación. Asegúrese de contestar todas las preguntas:

SITUACION	Probabilidad de quedarse dormido			
	0	1	2	3
	0= Nunca 1= Escasa probabilidad 2= Moderada 3= Alta probabilidad			
Sentado leyendo	0	1	2	3
Mirando TV	0	1	2	3
Sentado inactivo en un lugar público	0	1	2	3
Como pasajero en un auto durante una hora de marcha continua	0	1	2	3
Acostado a la tarde cuando las circunstancias lo permiten	0	1	2	3
Sentado conversando con alguien	0	1	2	3
Sentado tranquilo luego de almorzar sin alcohol	0	1	2	3
En un auto, mientras está detenido unos minutos en el tráfico	0	1	2	3
<b>SUMA DE PUNTOS:</b>	_____ / 24			