

# CUESTIONARIO DE SOMNOLENCIA DIURNA DE EPWORTH

Este cuestionario pretende valorar la facilidad para amodorrarse o quedarse dormido en cada una de las diferentes situaciones. Aunque no haya vivido alguna de estas situaciones recientemente, intente imaginar cómo le habría afectado.

(Marque con un círculo el número para responder)

## CUESTIONARIO DE SOMNOLENCIA DIURNA DE EPWORTH

		<i>Nunca tengo sueño</i>	<i>Ligera probabilidad de tener sueño</i>	<i>Moderada probabilidad de tener sueño</i>	<i>Alta probabilidad de tener sueño</i>
h.	Sentado y leyendo	0	1	2	3
i.	Viendo la TV	0	1	2	3
j.	Sentado, inactivo en un lugar público (ej. cine, teatro o reunión)	0	1	2	3
k.	Como pasajero en un coche en un viaje de 1 hora sin paradas	0	1	2	3
l.	Estirado para descansar al mediodía cuando las circunstancias lo permiten	0	1	2	3
m.	Sentado y hablando con otra persona	0	1	2	3
n.	Sentado tranquilamente después de una comida sin alcohol	0	1	2	3
o.	En un coche, estando parado por el tráfico unos minutos (ej. semáforo)	0	1	2	3

Baremación del cuestionario:

Asigne los siguientes puntos a cada situación:

0 Puntos.....Nunca

1 Punto.....Ligera

2 Puntos.....Moderada

3 Puntos.....Alta

Suma total: .....

Si su puntuación es inferior a 6 puntos su somnolencia diurna es baja o ausente; si está comprendida entre 7 y 8, se encuentra en la media de la población y si es superior a 9 su somnolencia es excesiva y debe consultar a un especialista.