

# Escala de Somnolencia de EPWORTH

FRANKLIN ALBERTO MORILLA ERO

Johns MW. A new method for measuring daytime sleepiness: the Epworth Sleepiness Scale. Sleep 1991; 14: 540-545.

Se trata de una escala autoadministrada. El evaluador debe explicar al paciente el modo de contestar a las preguntas y este último debe de rellenar el formulario.

## PREGUNTA

¿Con qué frecuencia se queda Vd. dormido en las siguientes situaciones? Incluso si no ha realizado recientemente alguna de las actividades mencionadas a continuación, trate de imaginar en qué medida le afectarían.

Utilice la siguiente escala y elija la cifra adecuada para cada situación.

- 0 = nunca se ha dormido
- 1 = escasa posibilidad de dormirse
- 2 = moderada posibilidad de dormirse

**Valore las situaciones asociadas a la somnolencia:**

### Sentado y leyendo

- ☐ Sin posibilidad de adormecerse (0 puntos)
- ☒ Ligera posibilidad de adormecerse (1 punto)
- ☐ Posibilidad moderada de adormecerse (2 puntos)
- ☐ Posibilidad alta de adormecerse (3 puntos)

### Viendo la televisión

- ☒ Sin posibilidad de adormecerse (0 puntos)
- ☐ Ligera posibilidad de adormecerse (1 punto)
- ☐ Posibilidad moderada de adormecerse (2 puntos)
- ☐ Posibilidad alta de adormecerse (3 puntos)

### Sentado inactivo en un lugar público

- ☒ Sin posibilidad de adormecerse (0 puntos)
- ☐ Ligera posibilidad de adormecerse (1 punto)
- ☐ Posibilidad moderada de adormecerse (2 puntos)
- ☐ Posibilidad alta de adormecerse (3 puntos)

### Sentado durante una hora como pasajero en un coche

- ☒ Sin posibilidad de adormecerse (0 puntos)
- ☐ Ligera posibilidad de adormecerse (1 punto)
- ☐ Posibilidad moderada de adormecerse (2 puntos)
- ☐ Posibilidad alta de adormecerse (3 puntos)

**Tumbado por la tarde para descansar**

- ☐ Sin posibilidad de adormecerse (0 puntos)
- ☒ Ligera posibilidad de adormecerse (1 punto)
- ☐ Posibilidad moderada de adormecerse (2 puntos)
- ☐ Posibilidad alta de adormecerse (3 puntos)

**Sentado y hablando con otra persona**

- ☒ Sin posibilidad de adormecerse (0 puntos)
- ☐ Ligera posibilidad de adormecerse (1 punto)
- ☐ Posibilidad moderada de adormecerse (2 puntos)
- ☐ Posibilidad alta de adormecerse (3 puntos)

**Sentado tranquilamente después de una comida (sin consumo de alcohol en la comida)**

- ☐ Sin posibilidad de adormecerse (0 puntos)
- ☒ Ligera posibilidad de adormecerse (1 punto)
- ☐ Posibilidad moderada de adormecerse (2 puntos)
- ☐ Posibilidad alta de adormecerse (3 puntos)

**Sentado en un coche, detenido durante unos pocos minutos por un atasco**

- ☒ Sin posibilidad de adormecerse (0 puntos)
- ☐ Ligera posibilidad de adormecerse (1 punto)
- ☐ Posibilidad moderada de adormecerse (2 puntos)
- ☐ Posibilidad alta de adormecerse (3 puntos)

TOTAL PUNTOS\_\_\_\_\_3\_\_\_\_\_

|                       |                                               |
|-----------------------|-----------------------------------------------|
| <b>1 - 6 puntos:</b>  | Sueño normal                                  |
| <b>7 - 8 puntos:</b>  | Somnolencia media                             |
| <b>9 - 24 puntos:</b> | Somnolencia anómala (posiblemente patológica) |

GRACIAS POR SU COLABORACIÓN

| ESS            | RANGO   | DIAGNÓSTICO | EDAD            |
|----------------|---------|-------------|-----------------|
| $5.9 \pm 2.2$  | 2 - 10  | NORMALES    | $30 \pm 9$      |
| $6.5 \pm 3.0$  | 0 - 11  | RONQUIDO    | $45.7 \pm 10$   |
| $11.7 \pm 4.6$ | 4 - 23  | SAOS        | $48.4 \pm 10$   |
| $17.5 \pm 3.5$ | 13 - 23 | NARCOLEPSIA | $46.6 \pm 12$   |
| $17.9 \pm 3.1$ | 12 - 24 | HIPERSOMNIA | $41.4 \pm 14$   |
| $2.2 \pm 2.0$  | 0 - 6   | INSOMNIO    | $40.3 \pm 14.6$ |
| $9.2 \pm 4.0$  | 2 - 16  | SPI + MPPS  | $52.5 \pm 10.3$ |

| PUNTUACIONES DEL ESS EN EL SAOS |                    |             |                           |        |
|---------------------------------|--------------------|-------------|---------------------------|--------|
| Grado de SAOS                   | Media IHA $\pm$ DS | Sujetos M/F | Puntuación media $\pm$ DS | Rango  |
| SAOS leve                       | $8.8 \pm 2.3$      | 22 (22/1)   | $9.5 \pm 3.3$             | 4 - 16 |
| SAOS mod.                       | $21.1 \pm 4.0$     | 20 (20/0)   | $11.5 \pm 4.2$            | 5 - 20 |
| SAOS severo                     | $49.5 \pm 9.6$     | 13 (21/1)   | $16.0 \pm 4.4$            | 8 - 23 |

*Dr. William Botex*