

ESCALA DE SOMNOLÈNCIA D'EPWORTH

Nom i cognoms:		Data:
Edat:	Sexe:	

Digui'ns quina seria la probabilitat que li agafès son o es quedés adormit en cadascuna de les següents situacions, al marge de sentir-se cansat. Respongui segons la seva experiència habitual per a cada situació. En el cas que alguna de les situacions no s'hagi donat recentment, provi de pensar de quina manera li afectaria.

Utilitzi la següent escala per escollir el número més adient per a cada situació:

0 - *Mai* tinc son o bé la probabilitat de tenir son és *baixa*

1 - *Lleugera* probabilitat de tenir son

2 - *Moderada* probabilitat de tenir son

3 - *Alta* probabilitat de tenir son

Assignatura troncal 'Psicobiologia'

Dept. Psiquiatria i Psicobiologia Clínica
Facultat de Psicologia
Universitat de Barcelona

SITUACIÓ

**Probabilitat
que m'agafi
son**

Assegut i llegint

Veient la TV

Assegut, inactiu en un lloc públic (ex: cinema, teatre, conferència, etc.)

Com a passatger d'un cotxe en un viatge d'1 hora sense aturades

Estirat per a descansar al migdia quan les circumstàncies ho permeten

Assegut i parlant amb algú altre

Assegut tranquil després d'un dinar sense alcohol

En un cotxe, mentre estic aturat en el trànsit uns minuts

Gràcies per la seva col·laboració