

Centers Accredited by The American Academy of Sleep Medicine

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

El cuestionario contiene siete preguntas y nos dara una idea si usted tiene problems con su sueño.

Responda cada pregunta marcando un CIRCULO en el numero que mejor represente su sentir.

Responda las preguntas pensando como a sido la calidad de su sueño en las **ULTIMAS 2 SEMANAS**

PROBLEMA DE SUEÑO	NINGUNO	MINIMO	MODERADO	SEVERO	MUY SEVERO
1. Dificultad para iniciar el sueño	0	1	2	3	4
2. Dificultad para mantenerse dormido	0	1	2	3	4
3. Despertarse demasiado temprano	0	1	2	3	4

4. Que tan contento o descontento esta usted con su sueño **ACTUALMENTE**?

Muy		Medianamente		Muy
Contento	Contento	Contento	Descontento	Descontento
0	1	2	3	4

5. En que grado su problema de sueño esta interfiriendo en sus relaciones con otras personas?

No hay	Poco	Mediano	Mucho	Serio
Problema	Problema	Problema	Problema	Problema
0	1	2	3	4

6. Que tan preocupado o estresado esta usted con respecto el sueño?

Ninguna	Pequeña	Mediana	Mucha	Muy, muy
Preocupación	Preocupación	Preocupación	Preocupación	Preocupado
0	1	2	3	4

7. En que grado considera usted que sus problemas de sueño afectan su vida diaria

**ACTUALMENTE** (cansancio, mal humor, interferencia en quehaceres diarios, concentracion mental)?

Ningun	Pequeño	Mediano	Mucho	Muy, muy
Efecto	Efecto	Efecto	Efecto	Efecto
0	1	2	3	4

**\*El Paso TX - West**

2311 North Mesa Bldg. E  
El Paso, TX 79902  
Ph 915-533-8499  
Fx 915-544-4929

**\*El Paso TX - East**

1440 George Dieter Ste. B  
El Paso, TX 79936  
Ph 915-533-8499  
Fx 915-921-9703

**\*Las Cruces NM**

1240 S. Telshor Blvd. Ste. B  
Las Cruces, NM 88011  
Ph 575-522-3885  
Fx 575-522-3895  
Toll Free 877-525-3885

**\*Deming NM**

500 E. Walnut St.  
Deming, NM 88030  
Ph 575-522-3885  
Fx 575-522-3895  
Toll Free 877-525-3885