

¿Ronca?	Si No
Volumen de los ronquidos	Como una respiración fuerte Como una conversación Mas alto que una conversación Muy alto
Frecuencia de los ronquidos	Casi todos los días 3-4 veces por semana 1-2 veces por semana Nunca o casi nunca
¿Sus ronquidos molestan a otras personas?	Si No
¿Con que frecuencia tiene pausas respiratorias?	Casi todos los días 3-4 veces por semana 1-2 veces por semana 1-2 veces por mes Nunca o casi nunca
¿Se despierta cansado después de dormir?	Casi todos los días 3-4 veces por semana 1-2 veces por semana 1-2 veces por mes Nunca o casi nunca
¿Se siente cansado durante el día?	Casi todos los días 3-4 veces por semana 1-2 veces por semana 1-2 veces por mes Nunca o casi nunca
¿Alguna vez se ha quedado dormido mientras conducía?	Si No
¿Tiene la presión arterial alta?	Si No
¿Ha variado su peso?	Ha aumentado Ha descendido No ha variado

***Subraya la opción que corresponda a tu situación**

Valoración de resultados:

La determinación de alto riesgo se basa en las respuestas en tres categorías de síntomas.

Categoría 1: referida a sus ronquidos, el alto riesgo se define con síntomas persistentes (3-4 veces /semana) en dos o más preguntas.

Categoría 2: referida a sus ronquidos, el alto riesgo se define con síntomas persistente (3-4 veces /semana) excesiva somnolencia diurna, conducir con sueño o ambos.

Categoría 3: el alto riesgo viene definido por una historia de las presión arterial alta o u índice de masa corporal superior a 30kg/m². Para ser considerado en alto riesgo de SAHS, un paciente tiene que referir síntomas persistentes en al menos, dos categorías de síntomas.

* **SAHS** Síndrome de apnea-hipopneas del sueño

Cuestionario Berlín, para identificar pacientes con apnea del sueño (bibliografía Internet)