



Escala de Gravidade da Narcolepsia

Regiane de Paula Floriano — CRP 06/100895

Psicologia / Neuropsicologia / Sono

Narcolepsy Severity Scale (NSS)

O que é a Escala de Gravidade da Narcolepsia?

A Escala de Gravidade da Narcolepsia (Narcolepsy Severity Scale — NSS), desenvolvida por Dauvilliers e colaboradores (2017), avalia a frequência e a gravidade dos principais sintomas da narcolepsia: sonolência diurna excessiva, cataplexia, alucinações, paralisia do sono e sono noturno perturbado.

Ela não substitui uma avaliação clínica, mas ajuda a acompanhar a evolução dos sintomas e a resposta ao tratamento ao longo do tempo.

Como responder: considere principalmente os sintomas que você manifestou no **último mês** e marque, em cada questão, a alternativa que melhor representa a sua experiência.

Nome: _____ Idade: _____ Data: ____/____/____

1. Você experimentou uma necessidade irresistível de dormir durante o dia? Se sim, quantas vezes?

>1 episódio por dia	>1 episódio por semana	>1 episódio por mês	>1 episódio por ano	<1 episódio no ano	Nunca
5	4	3	2	1	0

2. Você está preocupado(a) sobre adormecer (sem perceber, de forma repentina) durante o dia?

Muito preocupado(a)	Preocupado(a)	Não muito preocupado(a)	Nada preocupado(a)
3	2	1	0

3. Qual o impacto dessas interrupções nas suas atividades/trabalho devido a esses ataques de sono diurnos?

Muito importante	Importante	Moderadamente importante	Nada importante / não teve novos episódios de sono
3	2	1	0

4. Qual o impacto dessas interrupções na sua vida social e familiar devido a esses ataques de sono diurnos?

Muito importante	Importante	Moderadamente importante	Nada importante / não teve novos episódios de sono
3	2	1	0

5. Como você geralmente se sente depois de ter um desses ataques de sono diurnos?

Muito revigorado(a) / sem novo ataque de sono	Revigorado(a)	Cansado(a)	Muito cansado(a)
0	1	2	3

6. Depois de um ataque de sono diurno, qual o tempo que leva para manifestar o próximo episódio?

<1 hora	Entre 1 e 3 horas	Entre 3 e 6 horas	Entre 6 e 8 horas	>8 horas	Não acontece novo episódio
5	4	3	2	1	0

7. Em que medida esses episódios de sono repentinos durante o dia afetam sua capacidade de dirigir um carro?

Extremamente	Muito	Não muito	Nada / não dirijo
3	2	1	0

8. Com qual frequência você tem episódios de cataplexia generalizada quando experimenta emoções (rir, emoção intensa, surpresa)? (cataplexia = perda do tônus muscular)

>1 episódio no dia	>1 episódio na semana	>1 episódio no mês	>1 episódio no ano	<1 episódio no ano	Nunca / sem cataplexia generalizada
5	4	3	2	1	0

9. Com qual frequência você tem episódios parciais de cataplexia (somente rosto, pescoço, braços ou joelhos) quando experimenta emoções?

>1 episódio no dia	>1 episódio na semana	>1 episódio no mês	>1 episódio no ano	<1 episódio no ano	Nunca / sem cataplexia parcial
5	4	3	2	1	0

10. Em que medida sua vida social, familiar e seu trabalho são afetados por esses episódios de cataplexia?

Extremamente	Muito	Não muito	Nada / sem cataplexia
3	2	1	0

11. Com qual frequência você tem alucinações quando está iniciando o sono ou despertando?

>1 episódio no dia	>1 episódio na semana	>1 episódio no mês	>1 episódio no ano	<1 episódio no ano	Nunca / sem alucinação
5	4	3	2	1	0

12. Qual seu grau de incômodo com essas alucinações?

Muito incomodado(a)	Incomodado(a)	Não muito incomodado(a)	Nada incomodado(a) / sem alucinação
3	2	1	0

13. Com qual frequência você tem paralisia do sono quando está iniciando o sono ou despertando?

>1 episódio no dia	>1 episódio na semana	>1 episódio no mês	>1 episódio no ano	<1 episódio no ano	Nunca / sem paralisia do sono
5	4	3	2	1	0

14. Qual seu grau de incômodo com esses episódios de paralisia do sono?

Muito incomodado(a)	Incomodado(a)	Não muito incomodado(a)	Nada incomodado(a) / sem paralisia do sono
3	2	1	0

15. Atualmente, o quanto seu sono noturno está perturbado?

Extremamente	Muito	Não muito	Nada
3	2	1	0

Pontuação final: soma dos 15 itens, variando de 0 a 57 (quanto maior, mais grave o quadro sintomático).