

STOP-BANG

[Questionário de rastreio do risco para Síndrome de Apneia Obstrutiva do Sono]

Instruções: Coloque uma “cruz” (X) em cada resposta afirmativa aos itens 1 a 8. Some o número de “cruzes”. A sua classificação é dada pelo valor da soma total.

1. Ronco	Ressona alto (mais alto do que a conversar ou suficientemente alto para se ouvir através de portas fechadas)?	
2. Cansado	Cansado: Sente-se com frequência cansado, fadigado ou sonolento durante o dia?	
3. Observado	Observado: Já alguém o viu a parar de respirar durante o sono?	
4. Pressão arterial	Tem a tensão arterial alta ou faz tratamento para a hipertensão?	
5. Índice de Massa Corporal	IMC superior a 35 kg/m ² ?	
6. Idade	Idade superior a 50 anos?	
7. Perímetro cervical	Perímetro cervical superior a 40 cm?	
8. Sexo	Homem?	

A pontuação máxima é de 8. Uma **pontuação ≥ 5 significa alto risco**, isto é, elevada probabilidade de ter Síndrome de Apneia Obstrutiva do Sono. Pontuação 3-4 significa risco intermédio, e 0-2 baixo risco.

Referências:

Reis R, et al. Validation of a Portuguese version of the STOP-Bang questionnaire as a screening tool for obstructive sleep apnea: Analysis in a sleep clinic. Rev Port Pneumol. 2015;21(2):61-68