1. Durante el último mes: ¿cuántas horas calcula que habrá dormido verdaderamenta cada noche durante el ultimo mes? (El tiempo puede ser diferente al que usted permanezca en la cama).

\_\_\_horas y \_\_\_\_minutos de sueño por noche

Reference

Buysse, DJ, Reynolds CF, Monk TH, Berman SR, Kupfer DJ: The Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI): A new instrument for psychiatric research and practice. Psychiatry Research 28:193-213, 1989

This CRF translation is based on a validated translation:

Hita-Contreras F, Martínez-López E, Latorre-Román PA, Garrido F, Santos MA, Martínez-Amat A. Reliability and validity of the Spanish version of the Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) in patients with fibromyalgia. Rheumatol Int. 2014 Jul;34(7):929-36. doi: 10.1007/s00296-014-2960-z. Epub 2014 Feb 8. PMID: 24509897.