

## Escala de classificação de 10 perguntas do International Restless Legs Syndrome Study Group[16]

A escala tem as 10 perguntas a seguir:

1. Em geral, como você classifica o desconforto causado pela SPI em suas pernas ou braços?
2. Em geral, como você classifica a necessidade de se movimentar por causa dos seus sintomas de SPI?
3. Em geral, quanto de alívio você obtém ao se mover, para o desconforto no braço ou na perna causado pela SPI?
4. Em geral, qual é a intensidade da sua perturbação do sono por causa dos sintomas da SPI?
5. Qual é a intensidade de seu cansaço ou sonolência por causa dos sintomas da SPI?
6. Em geral, qual é a intensidade da sua SPI como um todo?
7. Com que frequência você tem os sintomas de SPI?
8. Quando você tem sintomas de SPI, qual é a intensidade deles em um dia comum?
9. Em geral, qual é a gravidade do impacto dos sintomas de SPI na sua capacidade de realizar suas atividades diárias: por exemplo, para ter uma vida familiar, doméstica, social, profissional ou acadêmica satisfatória?
10. Qual é a intensidade do seu transtorno de humor por causa dos sintomas da SPI: por exemplo, raiva, depressão, tristeza, ansiedade ou irritabilidade?

Todas as perguntas (exceto a número 3) são classificadas como: muito grave (4 pontos), grave (3 pontos), leve (1 ponto), nenhuma (0 pontos). A pergunta 3 é classificada como: nenhum alívio (4 pontos), alívio leve (3 pontos), alívio moderado (2 pontos), alívio completo ou quase completo (1 ponto), nenhum sintoma de SPI e, portanto, a pergunta não se aplica (0 ponto).

A pontuação é calculada com as categorias a seguir:

- Leve: 1 a 10 pontos
- Moderada: 11 a 20 pontos
- Grave: 21 a 30 pontos
- Muito grave: 31 a 40 pontos.

## Escala de gravidade das pernas inquietas de Johns Hopkins[9] [17]

Descreve uma classificação de 0 a 3, com os números mais altos identificando sintomas mais graves. Ela é baseada no início diário dos sintomas.

- 0 = nenhum sintoma
- 1 = sintomas que iniciam no máximo 60 minutos antes de deitar
- 2 = sintomas se iniciando antes das 18h (ajuste necessário se o horário de dormir for atípico e/ou se fizer sesta à tarde)
- 3 = sintomas antes das 18h ou todo o dia.