

Introdução: O estudo dos cronotipos pode ser relevante para compreender o prognóstico e etiologia dos transtornos afetivos. No entanto, a relação entre cronotipo e depressão ainda não foi suficientemente investigada em estudos epidemiológicos em grande amostra. Objetivos: Analisar a relação entre os cronotipos, avaliada com o MCTQ, e os sintomas de depressão em uma população rural do sul do Brasil. Métodos: As escalas BECK e MCTQ foram aplicadas a 4.051 (66% mulheres) indivíduos com idade entre 18 a 65 anos. Resultados: ANOVA one-way com teste de Tukey post-hoc foi utilizado após o ajuste para todas as variáveis idade e sexo. Cronotipos extremos foram associado à gravidade dos sintomas de depressão ($F=42,27$, $P<0,000$). Maior pontuação na escala BECK também foi correlacionada com maior duração média do sono ($F=4,96$, $P<0,01$) e jet-lag ($r^2 0,9527$, $P<0,000$). A gravidade dos sintomas de depressão foi maior em indivíduos com cronotipo vespetino quando comparado ao cronotipo normal ou ao matutino. Discussão: O fato de haver um desencontro entre o ritmo circadiano endógeno de sono e as exigências sociais e ambientais pode ser um dos fatores contribuintes para o desencadeamento dos sintomas depressivos observados neste estudo. Foi observado que os transtornos de humor são preditores de uma série de doenças. Assim, a compreensão da organização temporal dos indivíduos pode contribuir para melhorar o tratamento de patologias relacionadas ao transtorno de humor. Conclusão: Cronotipos extremos estão correlacionados com maiores escores de sintomas depressivos o que pode vir a ser útil no estudo de transtornos de humor.