

061

CORRELAÇÃO ENTRE SONOLÊNCIA E CRONOTIPO EM ADULTOS-JOVENS. *Camila M. de Souza, Camila B. Zanette, Paula V. Nunes, Michell R. Pedrotti, Maria Paz L. Hidalgo Marcia L. F. Chaves.* (Graduação em Medicina Interna e Ciências Comportamentais – Faculdade de Medicina - Universidade Federal do Rio Grande do Sul).

Os distúrbios do sono tornam-se um problema público à medida em que estão associados com uma maior sonolência diurna. A sonolência, por sua vez, está relacionada com acidentes de trânsito e de trabalho, além de diminuição na produtividade e outros problemas interpessoais. O objetivo deste estudo é correlacionar a dimensão matutinos/vespertinos e sonolência diurna. Trata-se de um estudo transversal, cuja amostra são 310 estudantes de medicina (187 homens, idade média 20.5 ± 1.9 anos) que foram avaliados através das escalas de Horne e Östberg para cronotipos e de Epworth para sonolência diurna. A diferença de variância entre cronotipos foi avaliada por ANOVA. A correlação entre horas de sono, hora mais freqüente para dormir e para despertar e matutinidadade/vespertinidadade com sonolência diurna foi avaliada através da análise de Regressão Múltipla. A associação entre as questões de sonolência e cronotipo foi avaliado por chi-quadrado e Regressão Logística. Observou-se correlação apenas entre matutinidadade/vespertinidadade e sonolência diurna ($r=-0.1488$, $p=0.00$), isto é quanto mais vespertino maior o escore de sonolência diurna. A questão associada a cronotipo vespertino é relacionada à sonolência leve (dormir quando as circunstâncias permitem) ($p=0.03$). Na população essa associação pode ter pequeno impacto já que se trata de sonolência leve não relacionada com maior risco de vida por acidentes de trânsito ou de trabalho. Entretanto, ao se considerar os estudantes de medicina, deve-se avaliar qual a repercussão da sonolência em sua performance acadêmica, podendo influenciar o desempenho escolar final do aluno.