

DIFERENÇAS DO PERFIL CRONOBIOLOGICO ENTRE POPULAÇÕES DE ATIVIDADE RURAL E ATIVIDADE URBANA: UM ESTUDO EPIDEMIOLOGICO

Felipe Gutiérrez Carvalho, Manoel Pereira de Araújo Neto, Daniel Fernando Paludo Fuchs, Rosa Maria Levandovski, Maria Paz Loayza Hidalgo

INTRODUÇÃO: A adaptação de cada ser humano ao ritmo circadiano ambiental é um processo complexo, o qual sofre a influência de sinais sincronizadores endógenos e exógenos. O período de preferência de atividade e sono de cada indivíduo advém desse mecanismo, e sua tipologia recebe o nome de cronotipo. Existem poucos estudos analisando a adaptabilidade dos cronotipos individuais às exigências circadianas de atividades laborais. **OBJETIVO:** Analisar as características cronotípicas de uma população com atividades essencialmente rurais, comparativamente a uma população com atividades essencialmente urbanas. **MÉTODOS:** Estudo epidemiológico de uma amostra populacional da região do Vale do Taquari, no qual foram avaliados cronotipo, padrão circadiano do sono e tempo de exposição à luz através do Questionário de Cronotipo de Munique (MCTQ). Houve também a coleta de informações sócio-demográficas. **RESULTADOS:** Foram avaliados 6450 indivíduos (66,9% mulheres), com média de idade de 42 anos (DP=14.9). A amostra foi dividida entre trabalhadores rurais (39,3%) e não rurais (60,7%). Observou-se um padrão cronotípico mais matutino na população rural, assim como diferenças significativas nos padrões de sono entre os dois grupos. A análise multivariada, utilizada para o controle de potenciais fatores de confusão, demonstrou influência da atividade agrícola nos itens idade, sexo, escolaridade, exposição a agrotóxicos, tabagismo, presença de doença, parâmetros de sono, e exposição à luz ($r^2=0.407, F=338,70, P<0.001$). **CONCLUSÃO:** Nossos resultados demonstraram uma diferença significativa entre as populações rural e urbana nos parâmetros circadianos, avaliados através do cronotipo e do padrão de sono.