

A busca por correlações entre cronotipo e distúrbios do sono e outras comorbidades vem crescendo. O objetivo desse estudo foi descrever as características cronobiológicas e epidemiológicas em uma amostra populacional caucasiana. Métodos: Estudo epidemiológico de uma amostra populacional da região rural do Vale do Taquari. A fase do sono foi avaliada através do Munich Chronotype Questionnaire (MCTQ). As características epidemiológicas e comorbidades foram auto relatadas pelos participantes utilizando um questionário estruturado. Resultados: Foram avaliados 6450 habitantes de 12 municípios do Vale do Taquari. Nessa amostra, 40% dos sujeitos trabalhavam como agricultor/avicultor, 17% com trabalhos domésticos, 13% com serviços gerais e 9% na indústria/comércio. A idade média foi de 42,03 + 14,91 anos e 66,9% eram mulheres e 33,1% homens. A média de anos estudados encontrada foi de 6,79 + 3,23. Encontrou-se prevalência de tabagismo de 12% e o IMC médio encontrado foi de 25,45 + 4,74 kg/m<sup>2</sup>. A prevalência de doenças nessa amostra foi de 36,9%, assim distribuídas: hipertensão (34,59%), distúrbios do metabolismo (10,39%), transtorno depressivo recorrente (7,21%) e diabetes (3,56%). Encontrou-se diferença significativa ( $p < 0,001$ ) entre a duração do sono nos dias de trabalho (7,73 + 1,31 h) e nos dias livres (8,22 + 1,55 h) bem como entre o ponto médio de sono (2,51 + 1,43 h vs 3,06 + 1,51 h). Também houve diferença significativa nas variáveis latência do sono e tempo de exposição à luz na comparação entre dias de trabalho e dias livres. Avaliando a fase de sono pelo ponto médio e controlando para variáveis de confusão em uma análise multivariada, os fatores idade, sexo, escolaridade e a presença de doenças estiveram associados à tipologia circadiana, mensurada pela fase do sono. Os fatores IMC e tabagismo não apresentaram correlação com a fase de sono. Com base nos dados analisados, encontrou-se diferença significativa para os parâmetros relacionados ao sono quando comparamos os dias de trabalho e os dias livres, mostrando que a atividade social trabalho interfere nestas variáveis.