

AVALIAÇÃO DE CRONOTIPO: VALIDAÇÃO DO MCTQ EM UMA AMOSTRA DE ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS

**ALAM, Marilene F¹⁻³⁻⁴; WIEGAND, Mabel M¹; DANTAS,
Giovana⁴; LEVANDOVSKI, Rosa³⁻⁴; SOUZA, Rosana M²; HIDALGO, Maria PL³⁻⁴**

¹Universidade Federal de Pelotas(UFPel), malam@ufpel.tche.br, ²Fundação Universidade Federal do Rio Grande(FURG), ³Universidade Federal do Rio Grande do Sul(UFRGS), ⁴Laboratório de Cronobiologia, Hospital de Clínicas de Porto Alegre(HCPA), mpaz@cpovo.net

O interesse pelo estudo das diferenças inter-individuais conhecidas como cronotipo vem crescendo. Vários instrumentos têm sido desenvolvidos para esta finalidade. Objetivos: Validar o Munich ChronoType Questionnaire (MCTQ) em uma amostra de estudantes universitários. Métodos: Estudo transversal analisou 246 indivíduos, estudantes universitários, com idade entre 17-35 anos que responderam o MCTQ e o MEQ (Morningness-Eveningness Questionnaire). As preferências nos horários de dormir foram avaliadas levando-se em conta os dias de trabalho (dias de estudo) e dias livres e a quantidade de horas de exposição à luz ambiental. O meio-período de sono nos dias livres (MSF) foi corrigido para o débito de sono e a validação foi feita usando a curva ROC, análise discriminante e o coeficiente de correlação de Pearson. Resultados: A distribuição de fase do meio-período de sono nesta amostra foi ao redor de 5:00h a 6:00h (hora local). MCTQ e MEQ mostraram uma distribuição normal. A curva ROC mostrou: AUC = 0.76 (CI95%: 0.70; 0.83), sensibilidade de 74% e especificidade de 68% para um ponto de corte = 5.5. O MEQ apresentou uma correlação negativa com a fase do meio período de sono corrigida para o débito de sono (Pearson: $r = - 0.48$; $p < 0.001$). As variáveis que apresentaram o coeficiente discriminante mais alto foram MSF (0.89) e início do sono nos dias livres (0.86). O coeficiente discriminante total foi 70%. Conclusão: Este estudo mostrou uma boa sensibilidade e especificidade. Também foi observada uma boa correlação entre o MEQ e as questões do MCTQ relacionadas aos horários do sono nos dias livres. Contudo, na análise discriminante, somente as variáveis MSF e início do sono apresentaram níveis mais elevados de discriminação entre os cronotipos vespertinos e os demais cronotipos.

Palavras-chaves: Horne-Östberg's Morningness-Eveningness Questionnaire, Munich Chronotype Questionnaire, Cronobiologia, Sono