

SÍNDROME DO COMER NOTURNO, ESTRESSE, DEPRESSÃO E PARÂMETROS CRONBIOLÓGICOS

FABIANA BERNARDI; FABIANA BERNARDI, ANA HARB, ROSA LEVANDOVSKI, FRANCINE HARB CORREA, MARIO MIGUEL, MARIA PAZ HIDALGO

Introdução. A Síndrome do Comer Noturno (SCN) é considerada um atraso no ritmo circadiano da ingestão alimentar. É caracterizada por anorexia matutina, hiperfagia noturna, insônia, humor deprimido e angústia. Tem sido associada ao estresse, depressão, ansiedade e baixa qualidade do sono. Objetivos: Avaliar sintomas de estresse, depressão, cronotipo, sono e parâmetros cronobiológicos entre indivíduos não obesos com SCN e grupo controle. Material e Métodos: Estudo transversal. Dez comedores noturnos e 11 grupo controle. A SCN foi diagnosticada através do Night Eating Questionnaire (NEQ) e entrevista clínica. Todos responderam ao Inventário de Sintomas de Stress de Lipp (ISSL), Inventário de depressão de Beck (BDI), Self-reporting Questionnaire (SRQ-20), Questionário de Pittsburgh, Escala de Sonolência de Epworth e escala de Horne-Ösberg. Destes, oito usaram actimetria/termistor. Resultados: Análises pelo teste Mann-whitney para amostras independentes e software El temps. Não houve diferença entre os grupos para idade ($p = 0,86$) e IMC ($p = 0,76$). Comparados aos controles, comedores noturnos apresentaram escores mais elevados para estresse ($p \leq 0,01$) e depressão ($p=0,03$). Não houve diferenças para transtornos psiquiátricos menores, sonolência diurna, qualidade do sono e parâmetros cronobiológicos. Quanto ao cronotipo, a diferença não foi significativa ($p=0,07$), porém percebe-se uma tendência a vespertinidade. Conclusão: a relação encontrada demonstra que a SCN apresenta implicações negativas à saúde, independentemente da presença de obesidade. O transtorno pode representar um problema de saúde pública e a identificação de sintomas como psicológicos e parâmetros cronobiológicos pode ser um fator importante na prevenção, diagnóstico e tratamento da SCN.