

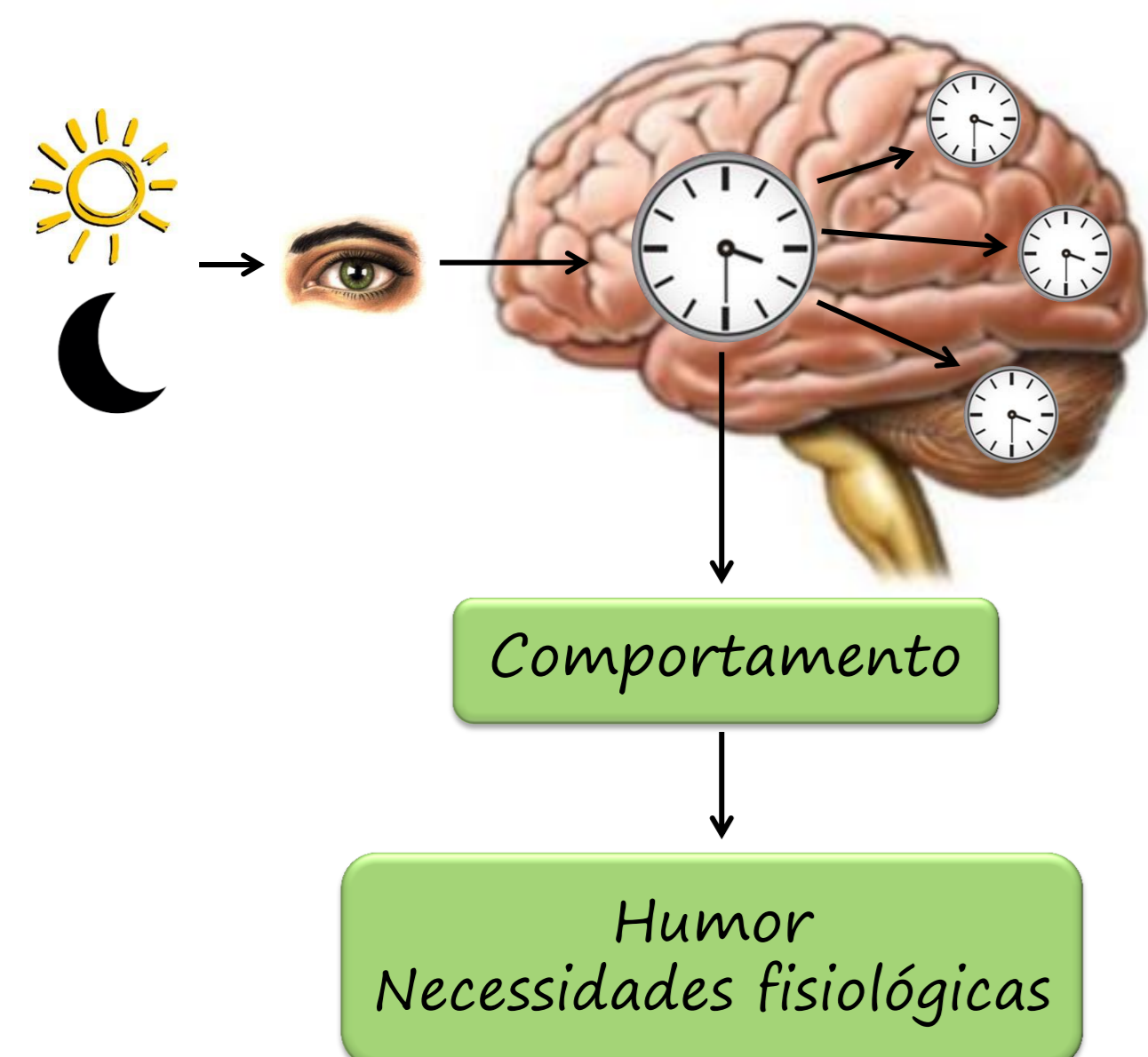
Desenvolvimento do Instrumento de Ritmo de Humor

Camila Morelato de Souza^{1,2}, Alicia Carissimi^{1,2}, Daniele Costa¹, Ana Paula Francisco³, Madeleine Scop Medeiros⁴, Carlos Augusto Vieira Ilgenfritz¹, Melissa Alves Braga de Oliveira¹, Benicio N. Frey^{5,6}, Maria Paz Loayza Hidalgo^{1,2,7}

¹ Laboratório de Cronobiologia, HCPA; ² PPG em Ciências Médicas: Psiquiatria da Faculdade de Medicina/UFRGS; ³ Universidade Federal de Ciências da Saúde de Porto Alegre (UFCSA), Porto Alegre, Brasil; ⁴ Hospital Materno Infantil Presidente Vargas, Porto Alegre, Brasil; ⁵ Department of Psychiatry and Behavioural Neurosciences, McMaster University, Hamilton, ON, Canada; ⁶ Mood Disorders Program and Women's Health Concerns Clinic, St. Joseph's Healthcare, Hamilton, ON, Canada; ⁷ Departamento de Psiquiatria e Medicina Legal da Faculdade de Medicina, UFRGS, Porto Alegre, Brasil;

Aprovado pelo Comitê de Ética, No. 15-0266 (GPPG / HCPA). Os autores declaram não haver conflitos de interesse.

Introdução



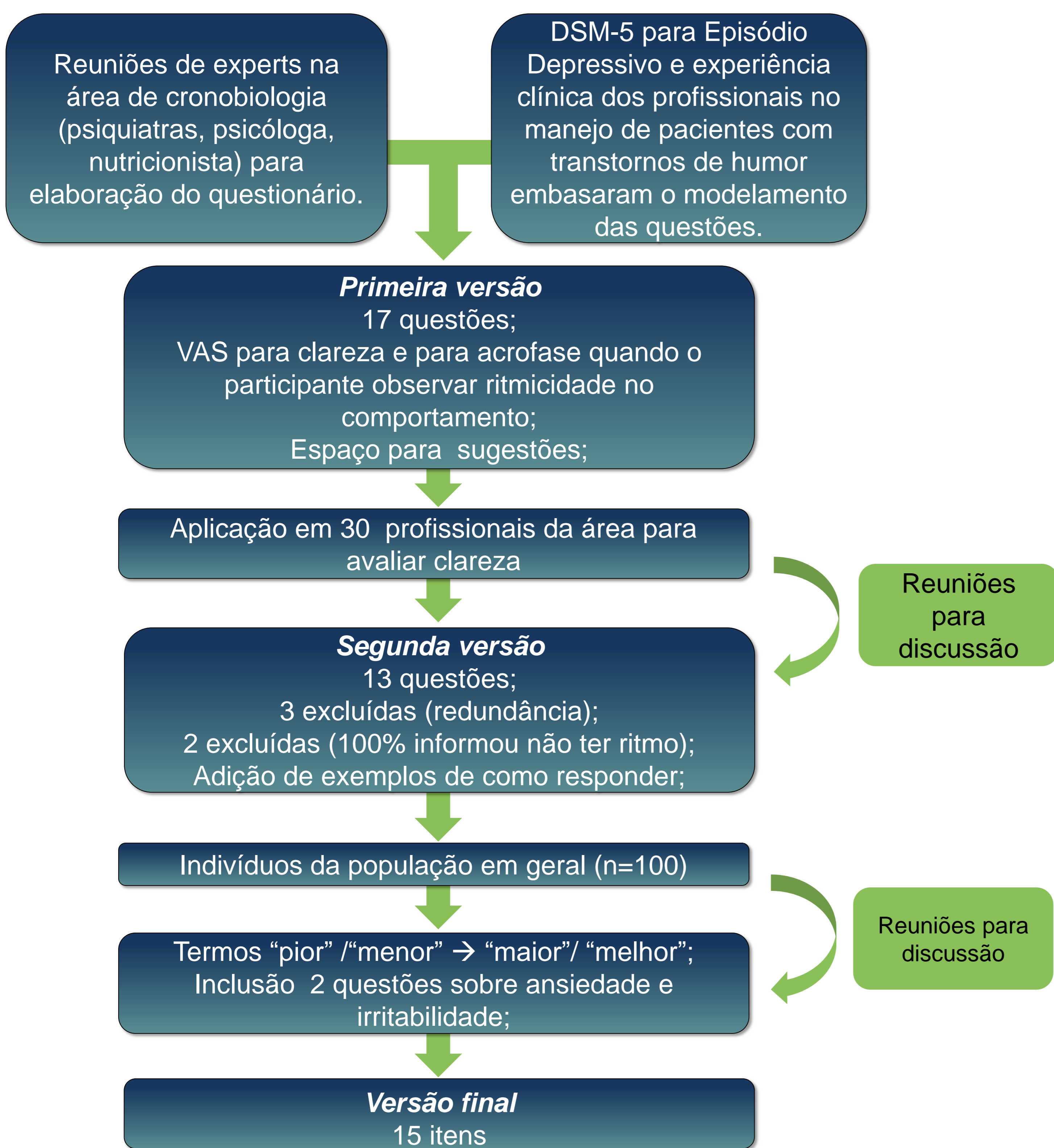
Relógios circadianos
sincronizados ao período de 24h através de zeitgebers¹.

Atualmente, não há instrumento capaz de avaliar ritmicidade do comportamento relacionado a humor e necessidades fisiológicas.

Objetivo

Descrever o desenvolvimento e a validação de um instrumento que avalia a ritmicidade do comportamento relacionado a humor e necessidades fisiológicas.

Metodologia



Existe algum horário no qual você tenha mais apetite?

() Sim () Não

Se sim, indique abaixo o horário aproximado:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----

Tabela 1. Versões do Instrumento de Ritmo de Humor (MRI) desde sua elaboração até a última versão.

Primeira Versão	Segunda Versão	Versão Final
1... se sente mais disposto?	1... se sente mais alerta?	1... se sinta mais alerta?
2... se sente mais cansado?	2... se sente com mais sono?	2... se sinta com mais sono?
3... se sente mais alerta?	3... se sinta com melhor capacidade para resolver problemas do dia-a-dia?	3... se sinta com melhor capacidade para resolver problemas do dia-a-dia?
4... se sente com mais sono?	4... a sua autoestima esteja melhor?	4... a sua autoestima esteja melhor?
5... se sente mais interessado pelas coisas ao seu redor?	5... sua capacidade de se concentrar e executar tarefas esteja melhor?	5... sua concentração esteja melhor?
6... se sente com mais energia para realizar suas atividades?	6... você tenha mais apetite?	6... você tenha mais apetite?
7... tem uma melhora em sua autoestima?	7... sua libido (desejo sexual) esteja aumentada?	7... sua libido (desejo sexual) esteja aumentada?
8... tem melhora em sua capacidade de concentrar-se e executar tarefas?	8... preferencial para falar com amigos pessoalmente?	8... no qual você se sinta mais irritado?
9... tenha mais apetite?	9. Você tem um horário preferencial para entrar em redes sociais?	9... você se sinta mais ansioso?
10... sua libido (desejo sexual) esteja aumentada?	10... você se sinta mais triste?	10... você se sinta mais triste?
11... se sente mais interessado pelas pessoas ao seu redor?	11... você se sinta menos disposto a realização de exercício?	11... você se sinta mais disposto a realizar exercício?
12. Você tem um horário preferencial para falar com amigos pessoalmente?	12... você sinta que tem maior facilidade para aprender ou memorizar novas informações?	12... sua capacidade de memorizar esteja melhor?
13. Você tem um horário preferencial para entrar em redes sociais?	13. você esteja mais pessimista?	13.você esteja mais pessimista?
14... se sinta mais triste?		14... preferencial para falar com amigos pessoalmente?
15... em que você se sinta menos disposto a realização de exercício?		15... você se sinta mais disposto?
16. em que você sinta que tem maior facilidade para aprender ou memorizar novas informações?		
17. que você esteja mais pessimista?		

Resultados

- ✓ Todas questões bem avaliadas quanto a clareza, sendo 8,97 o menor valor obtido;
- ✓ O valor de Alpha de Cronbach para a segunda versão do instrumento foi de 0,74;
- ✓ Variáveis relacionadas às necessidades fisiológicas apresentaram maior ritmicidade que as relacionadas a humor;
- ✓ Homens e mulheres apresentaram diferentes acrofases para variáveis rítmicas.

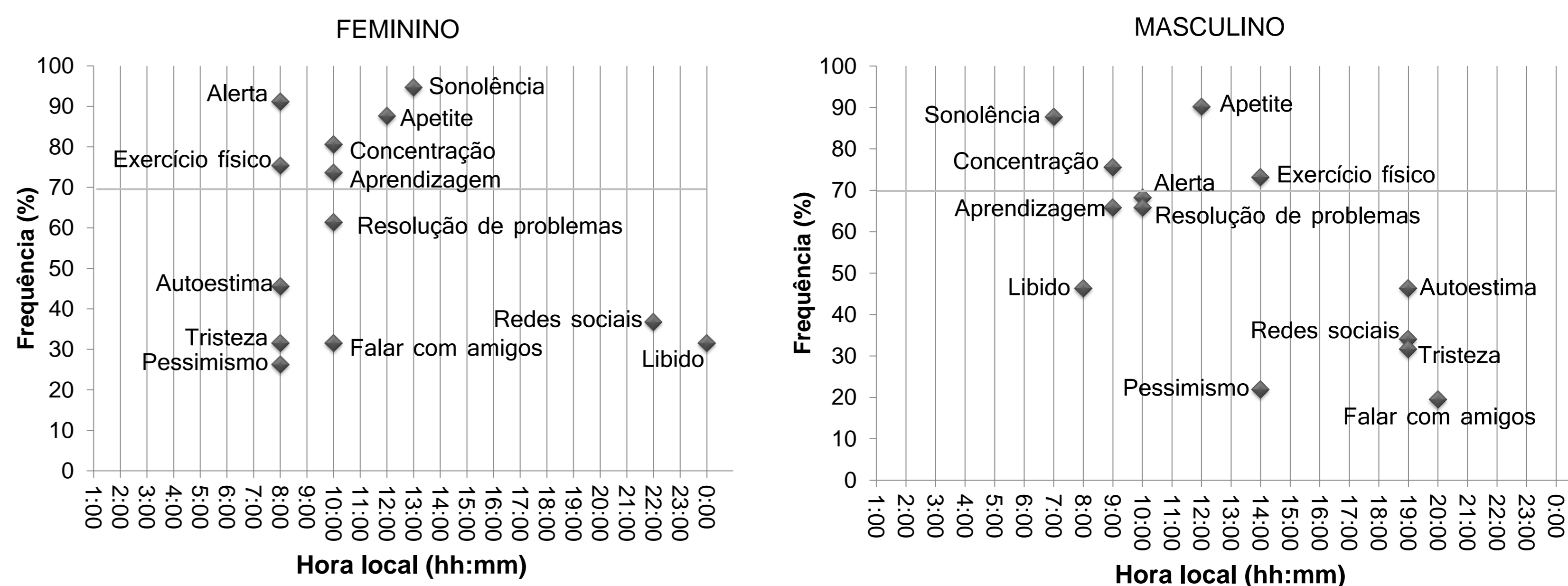


Figura 2. O pico de ocorrência de comportamentos e necessidades fisiológicas (x) e a frequência da percepção de ritmicidade durante as 24h do dia (y), separados por sexo. Exercício físico está indicado pelo pico de menor ocorrência.

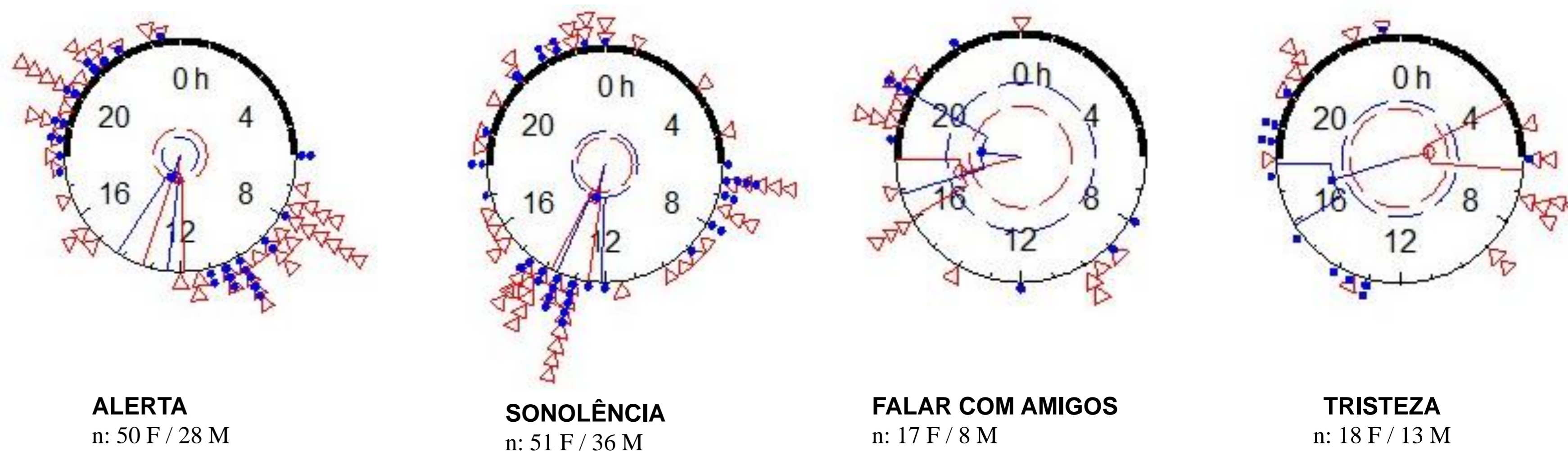


Figura 3. Análises de Rayleigh para as acrofases (mulheres = triângulos; homens = círculos) de comportamento associado a alerta, sonolência, falar com os amigos e tristeza.

Conclusões

O trabalho desenvolvido possibilitou a criação de um instrumento que foi capaz de detectar e caracterizar a existência de ritmicidade em certos comportamentos relacionados a humor e necessidades fisiológicas. Além de ter se mostrado um instrumento de fácil compreensão, apresentou consistência interna satisfatória, podendo ser útil em estudos clínicos e epidemiológicos.

References

1. Roenneberg T, Daan S, Merrow M. The art of entrainment. J Biol Rhythms. 2003;18(3):183-94..

Apoio: FIPE/HCPA; CNPq; FAPERGS; CAPES