

POPULAÇÃO RURAL X URBANA: TEMPO DE EXPOSIÇÃO À LUZ E SINTOMAS DEPRESSIVOS

ALÍCIA DEITOS; ROSA MARIA LEVANDOVSKI; GABRIELA LASTE;; FABIANE DRESCH; JANAINA DA SILVEIRA; ANA CLAUDIA DE SOUZA; CARLA KAUFFMANN; LUCIANA CARVALHO FERNANDES; GIOVANA DANTAS; KARLA ALLEBRANDT; WOLNEI CAUMO; IRACI LUCENA DA SILVA TORRES; MARIA PAZ LOAYZA HIDALGO

Alterações do sono, apetite, energia e humor podem estar ligados às estações do ano. A depressão sazonal associada ao inverno, pode ocorrer em sujeitos que passam os dias em ambientes sem luz natural. Estudos indicam uma relação entre sintomas depressivos sazonais e aumento da ingestão de carboidratos em consequência disto pode haver aumento de peso acentuando os sintomas depressivos. O objetivo deste estudo foi comparar a população rural x urbana em relação ao tempo de exposição à luz, sintomas depressivos e IMC. O estudo transversal, foi aprovado pelo comitê de ética do HCPA (08/087), realizado no Vale do Taquari, localizado na região centro-leste do RS, abrangeu 10 municípios totalizando 5002 entrevistados. Foram coletados dados sócio-demográficos, peso e altura para cálculo do IMC, sintomas depressivos (Beck) e tempo de exposição à luz natural. Os dados foram analisados através do programa SPSS 16 for Windows utilizando teste de Mann-Whitney. A amostra foi composta de 67 % mulheres, com idade média de 45 anos + 12,9. A prevalência de sintomas depressivos foi de 15,5% destes 66% eram indivíduos da zona urbana e 56% destes apresentaram IMC acima de 30. Os sujeitos da zona rural apresentaram um maior tempo de exposição à luz tanto em dias de trabalho quanto em dias livres (Mann-Whitney $P < 0,05$). Este trabalho sugere uma relação inversa entre sintomas depressivos e tempo de exposição à luz natural. Estudos prévios indicam que os distúrbios afetivos sazonais estão relacionados com o desejo de comer em excesso, bem como os sintomas depressivos associados à diminuição da sensação de bem-estar, aumento de IMC e inadequação social. A população rural está exposta por longos períodos à luz natural conforme resultado obtidos neste estudo.