

SÍNDROME DO COMER NOTURNO: CORRELAÇÃO ENTRE ÍNDICE DE MASSA CORPORAL, SONO E COMPORTAMENTO ALIMENTAR

DIEGO FRAGA PEREIRA; ANA HARB; WOLNEI CAUMO; ROSA MARIA LEVANDOVSKI; CERES OLIVEIRA; KELLY COSTELLO ALLISON; ALBERT STUNKARD; MARIA PAZ LOAYZA HIDALGO

A Síndrome do Comer Noturno (SCN) tem sido conceitualizada como um atraso no padrão circadiano da alimentação, mediado por modificações neuroendócrinas em resposta ao estresse. Objetivamos analisar a associação entre gêneros, IMC, qualidade de sono, cronotipo e transtornos psiquiátricos menores com o comer noturno. **Métodos:** Foi delineado um estudo transversal, composto por 100 indivíduos, selecionados em uma clínica de nutrição. A presença de SCN foi avaliada pela versão brasileira do *Night Eating Questionnaire* (NEQ), questionário sobre os hábitos do comer noturno. Todos os indivíduos responderam os seguintes questionários: Escala de Compulsão Alimentar (BES), Teste de Atitudes Alimentares (EAT), Self Reporting Questionnaire (SRQ), Morningness/Eveningness Questionnaire (MEQ), Epworth Sleepiness Scale (ESS), Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) e dados demográficos. **Resultados:** A média da idade foi de 39,5 anos ($\pm 11,7$), 77% mulheres e 66% tinham sobrepeso. A análise bivariada mostrou correlações significativas entre o NEQ e o uso de psicofármacos, transtornos psiquiátricos menores e cronotipo. Na análise multivariada, as variáveis que permaneceram associadas com os escores totais do NEQ foram os níveis aumentados de IMC ($p=0,026$), escores elevados no PSQI (p menor que 0,001), no BES ($p=0,002$) e no MEQ ($p=0,042$). Esses resultados sugerem que quanto maior o IMC, maior o escore total do NEQ, sugerindo que hábitos alimentares noturnos possam ser um fator de risco para a obesidade. **Conclusão:** As variáveis que permaneceram correlacionadas com o NEQ depois da análise multivariada foram IMC aumentado, pobre qualidade de sono, vespertinidade e compulsão alimentar. Hábitos do comer noturno podem contribuir para o desenvolvimento de sobrepeso e obesidade ou ajudar a sustentá-las.