

1136**EFEITO DA MUDANÇA DE FOTOPERÍODO DURANTE VIAGEM À ANTÁRTIDA SOBRE O HUMOR**

Carlos Augusto Vieira Ilgenfritz, Maria Paz Loayza Hidalgo, Rosa Maria Levandovski, Camila Morelato de Souza, Fabiane Dresch. Hospital de Clínicas de Porto Alegre (HCPA)

Introdução: Estudos com alteração brusca de fotoperíodo em humanos representam uma oportunidade para avaliar a influência do ritmo ambiental claro/escuro sobre as variáveis fisiológicas em condições de vida real. **Objetivo:** Avaliar o efeito da mudança brusca de fotoperíodo e temperatura durante uma viagem à Antártida, sobre os sintomas de humor. **Metodologia:** Estudo longitudinal, realizado durante 35 dias, em três etapas: pré-antártida, antártida e pós-antártida em 17 jovens saudáveis, idade média 23,12 anos ($\pm 1,6$). O período antártida foi realizado na Base Científica de Artigas na Antártida (BCAA). Em Montevideo, o fotoperíodo era ± 14 h e a temperatura média $\pm 24^\circ\text{C}$, na BCAA, o fotoperíodo passou a ser de 20 horas e temperaturas entre -10 e 0°C . Foram utilizados os seguintes instrumentos: Actímetro, que avalia o ritmo de atividade/repouso, exposição à luz e temperatura corporal; escala de depressão de Beck (BDI), respondido uma vez em cada fase do projeto; Questionário de Cronotipo de Munique (MCTQ), completado no início do estudo; e diário de sono. A variável de sintomas depressivos foi categorizada em: grupo 1 com redução do escore e grupo 2, sem alteração. **Estatística:** análise de séries temporais, através do cosinor (atividade/repouso e exposição à luz), testes t, para amostras independentes ou pareadas, significância: $p > 0,05$. **Resultados:** No período pré-antártida, a duração média do sono (DMS) foi 7h58min (± 42 min), o ponto médio do sono (PMS), em dias de trabalho, foi às 4h23min (± 1 h16min), e, em dias livres, às 6h22min (± 1 h25min) e às 6h03min (± 1 h33min), corrigido para o débito de sono acumulado nos dias de trabalho (MSFcorr). Na actimetria o mesor e o %VE da atividade/repouso foram diferentes entre os períodos pré e BCAA ($p = 0,030$ e $0,024$, respectivamente). Os escores do BDI foram 3,18 ($\pm 3,19$) e 1,76 ($\pm 1,80$), as variáveis de exposição à luz não apresentaram diferenças. O grupo que apresentou aumento dos sintomas depressivos tinha menor DMS (5h45min vs 8h09min) e menor PMS (5h23min vs 6h47min) e apresentou uma redução no mesor e amplitude de atividade/repouso ($t = 10,34$; $p = 0,02$). **Conclusão:** Embora a luz seja considerada um importante sincronizador dos ritmos, não foi capaz de atuar como tal, mesmo assim, houve mudança no padrão de humor. **Palavra-chave:** Cronobiologia; Humor; Epidemiologia. Projeto 14-057