**Artigo Original**

**A influência do cronotipo e da qualidade do sono na frequência de treinamento na academia**

The influence of chronotype and sleep quality in the frequency of training in the gym

**Cronotipo e frequência de treinamento na academia**

Rodrigo B Siviero, Gabriela F Braga, Andrea M Esteves\*

Universidade Estadual de Campinas, Faculdade de Ciências Aplicadas, Limeira, São Paulo, Brazil

**Autor para correspondência:**

Andrea Maculano Esteves, Faculdade de Ciências Aplicadas - Universidade Estadual de Campinas, Rua Pedro Zaccaria n. 1300, CEP: 13484-350 - Limeira, SP/Brazil. (andrea.esteves@fca.unicamp.br).

Palavras no texto: 2165

Palavras no resumo: 244

Palavras no abstract: 232

Número de referências: 27

Ilustrações: 04 tabelas e 01 figura