

## **O RONCO PODE MATAR : O DENTISTA TEM A SOLUÇÃO**

Quem já não foi acordado pelo ronco de alguém ou mesmo não conseguiu dormir por causa de um roncador? Garanto que muitos de vocês já passaram por tal situação. Sei de casamentos desfeitos por causa do ronco, pessoas que se isolam do convívio social por saber que o seu ronco incomoda quem está por perto.

E você pode me perguntar: “O que o dentista tem a ver com isso?”

Pois bem, o RONCO é o som emitido pela vibração dos tecidos da orofaringe (garganta) quando o ar passa por ela com uma certa dificuldade.

Muitas vezes esse “espaço” que o ar tem pra passar pela garganta e chegar aos pulmões é tão reduzido que, quando a pessoa entra em sono profundo, o chamado sono REM (período em que ocorrem os sonhos), devido ao relaxamento total da musculatura do corpo, esse espaço é bloqueado e o ar não passa. Isso é chamado de APNÉIA OBSTRUTIVA DO SONO.

Apesar da passagem de ar estar bloqueada e a pessoa acordar repentinamente com a sensação de sufocação ,ela não corre o risco de morrer porque o cérebro, ao perceber que o nível de oxigênio do sangue está baixo,dá um comando que faz a pessoa acordar pra respirar.

Mas porque falamos que “ O ronco pode matar?”Na verdade, o coração do apneico trabalha muito para bombear mais sangue na tentativa de oxigenar o cérebro o que provoca doenças cardíacas como o enfarto. Neste processo a pressão arterial aumenta havendo o risco de AVC (derrame cerebral), entre outros problemas provocados pela Apnéia Obstrutiva do Sono.

Tanto o ronco como a apnéia tem tratamento através de:

- 1) CPAP (continuous positive airway pressure ): o indivíduo dorme com uma máscara ligada a este aparelho de pressão positiva continua de ar que mantém as vias aéreas desobstruídas.

- 2) Cirurgias Otorrinolaringológicas : remoção de tecidos hipertrofiados do palato(céu da boca) e correção obstruções nasais realizado pelo médico otorrinolaringologista.
- 3) Cirurgias ortognáticas: correção de postura de mandíbula e palato que estão obstruindo as vias aéreas realizado pelo Cirurgião Dentista especialista em Cirurgia Ortognática.
- 4) AIO (Aparelho Intra Oral): promove um avanço da mandíbula (maxilar inferior) de modo que leva a língua e todos os tecidos ligados a ela para frente desobstruindo a passagem do ar. Este aparelho é confeccionado pelo Cirurgião Dentista que tenha conhecimento e formação em Medicina do Sono.

Cada tipo de tratamento tem sua indicação específica, dependendo se o indivíduo é apenas roncadador ou se é apneico e também e qual o nível da apnéia ( leve, moderada ou severa).

Por isso, se você conhece alguém que ronca ou você mesmo é um roncadador, não brinque com isso. Ronco é coisa séria e precisa ser tratado antes que provoque problemas mais graves.

Procure um dentista especializado ou um médico.



CPAP



APARELHO INTRA ORAL