

O RONCO (apnéias)

As apnéias são pausas respiratórias por mais de 10 seg. com obstrução parcial (hipopnéia) ou completa (apnéia) das vias aeríferas superiores durante o sono. Em 90% dos casos são acompanhadas por ronco. A apnéia acomete 4% dos homens e 2% das mulheres entre 30 e 60 anos e 28 a 67% dos homens e 20 a 50% das mulheres acima dos 60 anos.

Ocorre devido à diminuição do tônus da musculatura do palato, língua ou faringe (hipotireoidismo, Sind. Down, paralisia cerebral, relaxamento pós prandial, obesidade); devido à massas que diminuem a luz na faringe-laringe (hipertrofia das amídalas, tumor, cisto tireoglosso, aumento de epiglote, aumento ou posteriorização de base de língua); por estreitamento do orifício nasofaríngeo (flacidez e aumento de palato mole e úvula, retrognatismo); por obstrução nasal (desvio de septo, hipertrofia de conchas, hipertrofia de adenóide, cistos, pólipos, tumores).

O tratamento consiste em: 1)orientações (diminuir peso, evitar ingestão de bebidas alcoólicas, evitar medicamentos sedativos, dormir em decúbito lateral, evitar refeições abundantes à noite; 2)clínico (medicamentos, aparelhos ortodônticos, 3)cirúrgico (cirurgia nasal, cirurgia palatal com amidalectomia, cirurgia da base de língua, cirurgia maxilo-mandibular).

Colaborou: Dr. Carlos Eduardo Nigro (Doutor em Otorrinolaringologia HCFMUSP).