

# Distúrbio pode se tornar perigoso

*Engenheiro chegou a dormir no volante conversando por um walk-talk com a filha*

Os pacientes que se submetem a cirurgia para acabar com o ronco e a apnéia estão vibrando. Eles garantem que têm uma nova vida, cheia de energia e disposição. O engenheiro Valdir Pereira da Silva, de 43 anos, quase morreu por causa da apnéia. "Com o ronco eu nunca me importei; só minha mulher e os hóspedes vizinhos ao meu quarto, quando eu ia para algum hotel", conta Silva. "O sinal de alerta foi o sono excessivo durante o dia."

Os sintomas foram se acentuando nos últimos quatro anos — aumento da pressão, do peso, dores de cabeça pela manhã. "Fui a vários médicos e até em psicólogo",

lembra o engenheiro. "Só faltou pai-de-santo."

Até que em julho deste ano, Silva percebeu que precisava de uma solução rápida. "Estava no trânsito, conversando com minha filha por um walk-talk", relata. "Acabei dormindo no volante e fui acordado com um grito dela, quando notou que eu não respondia mais." Sorte: o carro já estava no acostamento.

Depois de passar por um neurologista, e dormir durante os exames, Silva ficou sabendo que sofria, em média, 76 apnéias por hora, com picos de até 250, parando de respirar por até um minuto. Foi indicada uma cirurgia. "Nem cheguei a tentar outra coisa, queria uma so-

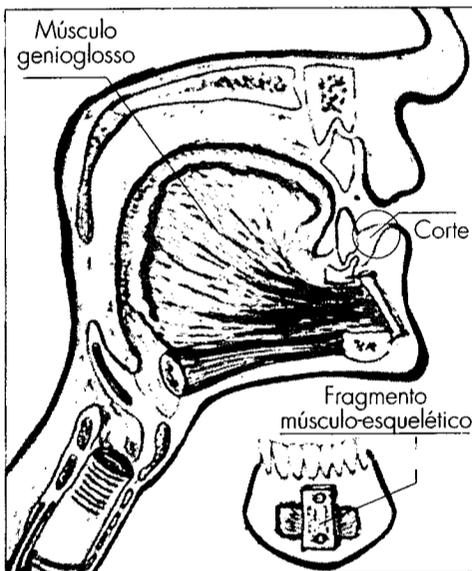
lução definitiva", conta o engenheiro. "Hoje sou outra pessoa, acordo disposto, sou mais tranquilo." O problema, agora, é da mulher. "Ela diz que não consegue mais dormir porque se acostumou com o ronco", brinca.

O bancário Mauro Ducatti, de 52 anos, é outro que passaria pela cirurgia outra vez, se fosse preciso. "Minha mulher dizia que eu parecia uma serra elétrica à noite", relata. "Nas reuniões, sempre acabava

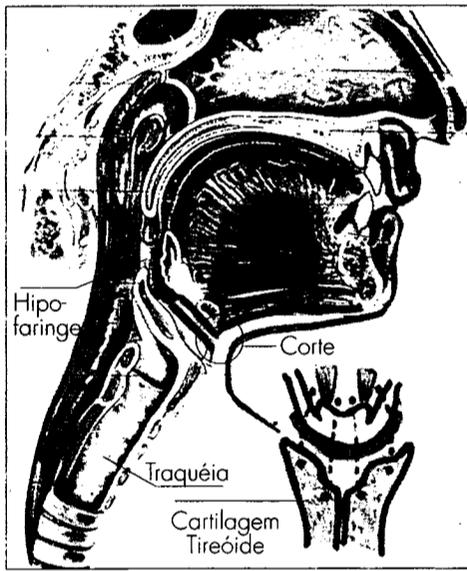
dormindo." Ele conta que nunca conseguia ver o fim de um filme — era cochilo na certa. "Depois da cirurgia, me sinto mais jovem", afirma. "Tenho uma disposição que não tinha há tempos."

**BANCÁRIO  
DIZ QUE TEM  
MAIS  
DISPOSIÇÃO**

## AS NOVAS OPÇÕES DE TRATAMENTO



**Mandibulotomia com avanço do músculo genioglosso** - Por meio de um corte na mandíbula, é feito um avanço da base da língua (músculo genioglosso). Em alguns casos, durante o sono, o músculo genioglosso faz com que a língua vá para trás, impedindo a respiração e ocasionando a apnéia e o ronco. O problema é sanado trazendo o fragmento músculo-esquelético para a frente

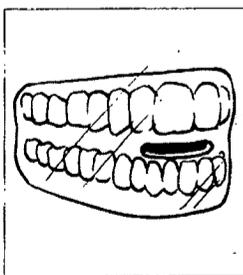


**Anteriorização do osso hióide para abertura da hipofaringe** - Nessa cirurgia, o médico realiza um corte no pescoço para a localização do osso hióide. Colocado na frente da tireóide, proporciona a abertura da hipofaringe (início da via aérea)

## OUTRAS FORMAS DE SANAR O PROBLEMA

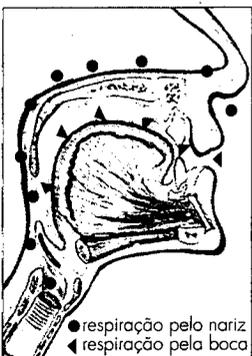


**CPAP - Controle da Pressão Aérea Positiva** - O paciente precisa dormir com uma máscara. O equipamento proporciona uma pressão positiva e mantém aberta a via aérea. O método existe há mais de 10 anos e custa entre US\$ 1,2 mil e US\$ 2,5 mil. O índice de adesão é menor que 5% no Brasil e em torno de 65% nos EUA



**Aparelhos Ortodônticos** - A finalidade é tracionar a mandíbula e a língua para a frente, desobstruindo a via aérea durante o sono. O método foi indicado para apnéia, nos EUA, em 1984, e existe há dois anos no País. Custa cerca de US\$ 500

## ORIGEM DO RONCO



O ar passa por várias estruturas até chegar à traquéia. O ronco é produzido quando essas estruturas ficam com as paredes relaxadas ou têm seu diâmetro reduzido. O estreitamento da passagem de ar e a vibração das estruturas causam o barulho do ronco, que aparece durante a noite, quando os músculos estão mais relaxados

- O QUE DEVE SER EVITADO**
- Bebida alcóolica à noite
  - Refeições pesadas
  - Remédios que induzam ao sono
  - Antialérgicos

## NÚMEROS DA APNÉIA

3%

da população sofre do distúrbio

45%

das pessoas que roncam têm apnéia

87%

dos casos de apnéia são causados por obstrução atrás da língua

96%

é o resultado positivo obtido com novas técnicas cirúrgicas

## AS ESTATÍSTICAS DO BARULHO

7%

da população entre 30 e 39 anos ronca

8%

dos que têm entre 40 e 49 anos são roncadores

15,5%

da população entre 50 e 59 anos sofrem do mal

10%

é o percentual de pessoas entre 60 e 69 anos que apresentam o distúrbio

## SINTOMAS

Pessoas que sofrem de apnéia

88%

apresentam sonolência diurna

77%

têm dificuldade em dirigir longos percursos

67%

têm dificuldade para se concentrar

55%

apresentam alterações sexuais, principalmente impotência

45%

têm dificuldade em recordar fatos recentes

20

acima deste número de apnéias por hora há risco de morte