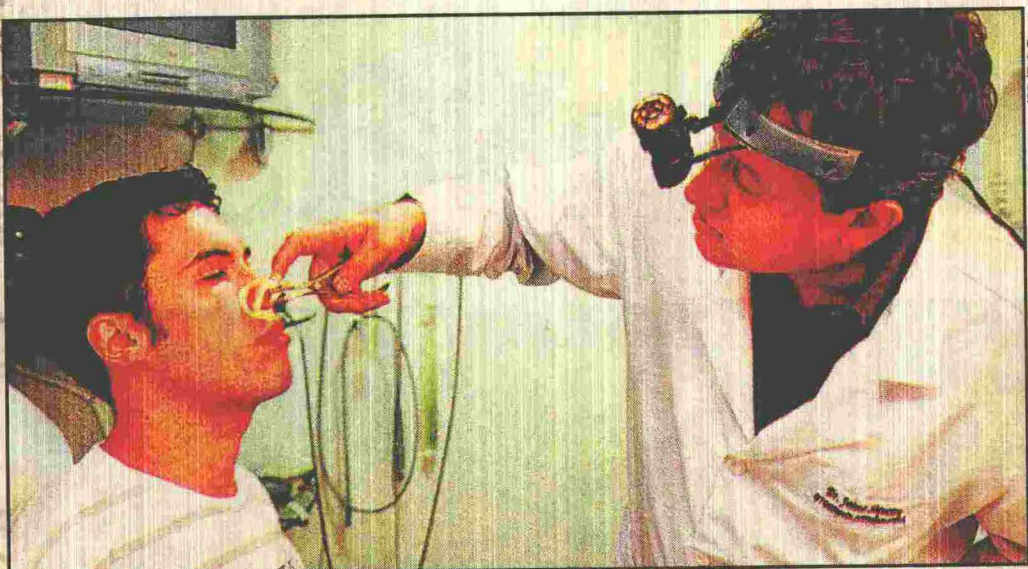


Desvio SUFOCANTE

Vinte por cento dos brasileiros sofrem com o mau posicionamento do septo nasal, problema que dificulta a respiração e pode limitar o dia a dia dos pacientes



O otorrinolaringologista Jaime Siqueira examina Tiago Fernandes, que nasceu com o septo desviado

» MÁRCIA NERI

Congestão nasal, hemorragias frequentes, dor de cabeça e na face, dificuldade na respiração e gotejamento provocado por sinusites são sintomas bem conhecidos daqueles que têm desvio de septo. Dados da Academia Brasileira de Rinologia revelam que o problema atinge e compromete a qualidade de vida de pelo menos 20% da população do país, algo em torno de 38 milhões de pessoas.

O septo é a parede que separa as duas narinas. Além dos sintomas comuns, o desvio da estrutura pode desencadear rinites crônicas, perda ou diminuição do olfato, ronco, apnéia do sono e até ansiedade e depressão. O otorrinolaringologista Jaime Siqueira explica que em pouquíssimos casos esse desvio pode ser observado externamente. "Geralmente, o septo desviado não compromete a estética do nariz. A maior queixa dos pacientes é a obstrução nasal, que impede a respiração e limita tarefas cotidianas, como o sono e a realização de atividades físicas", diz.

A dor de cabeça também é uma reclamação constante e ocorre devido à cefaleia rinogênica. "Quando o septo não está no centro, ele toca a parede lateral do nariz, provocando uma neuralgia. Muitos pacientes passam a vida inteira tomando analgésicos sem saber que o motivo da dor é o desvio", observa o otorrino. O problema pode ocorrer devido a uma característica genética ou ser consequência de traumas, sejam eles no parto ou provenientes de pancadas no nariz. O especialista aponta que mais de 50% das pessoas têm algum grau de descentralização do septo, mas que, dessas, apenas 20% necessitam de correção cirúrgica.

A intervenção, considerada simples e de baixo risco pelos especialistas, é realizada por videoendoscopia em centro cirúrgico, dura cerca de uma hora e não demanda cortes externos no nariz, portanto, não deixa cicatrizes. "A maioria dos médicos opta pela anestesia geral porque o nariz é uma área muito vascularizada, é normal que sangre um pouco, e a sedação não deixa o paciente tão confortável. O mais comum é a pessoa receber alta no mesmo dia da cirurgia", pontua Siqueira.

Vida mudada

O estudante Tiago Fernandes, 21 anos, fez a cirurgia e não se arrependeu. O jovem conta que o desvio comprometia seriamente o dia a dia. Até se alimentar era complicado. "Sentia muita falta de ar, passei a ter crises de sinusite e uma dor de cabeça constante. Como nasci com o problema, me acostumei com ele, mas cheguei uma hora em que era preciso fazer pausas durante a refeição para conseguir respirar", relata. Por conta da sinusite, Tiago foi internado três vezes. "Os medicamentos não surtiram mais efeito, e a inflamação não dava trégua. Percebi que a cirurgia seria o único caminho para eu, finalmente, conseguir respirar. Não me arrependo. Minha vida mudou. Hoje, consigo fazer exercícios físicos, dormir e me alimentar normalmente. Voltei ao otorrino para as revisões e agora vou ao fonoaudiólogo para aprender a respirar corretamente", acrescenta.

A dificuldade de respiração nasal leva a pessoa a respirar pela boca. Mas a alternativa tem uma série de consequências porque altera a arcada dentária e o terço médio da face, responsável pela ventilação dessa região e dos ouvidos, causando sinusites e otites. A respiração oral, devido ao não fechamento da boca, também pode causar a má oclusão dentária e um posicionamento errado da língua, que tende a ficar mais baixa e flácida. "A questão funcional do nariz fica completamente comprometida.

Além da diminuição do olfato, sua função de umidificar, filtrar e aquecer o ar não é realizada. A respiração pela boca leva um ar frio e repleto de partículas de poeira prejudiciais à saúde. Elas poluem o pulmão e obrigam o indivíduo a respirar mais vezes, sobrecarregando todo o aparelho respiratório", pontua o otorrinolaringologista Alexandre Hamam, membro da Comissão de Ensino da Associação Brasileira de Otorrinolaringologia e Cirurgia Cérvico-Facial.

O médico contabiliza, pela experiência em consultório, que apenas 30% dos desvios de septo são hereditários. Os outros 70% são decorrentes de trauma. Segundo ele, os desvios são classificados em quatro graus. Nos dois primeiros, as funções do nariz são levemente comprometidas, e a cirurgia não se faz tão necessária. "Nos dois últimos, o procedimento é indicado porque respirar corretamente significa viver melhor. Mas a escolha depende de cada um. Se o paciente tem um desvio de grau um ou dois e é esportista, por exemplo, o desvio atrapalha a performance. Portanto, pode e deve ser feita", acrescenta.

A professora Ana Rita da Costa Severo, 32 anos, lembra que a dificuldade de respirar foi notada com mais intensidade na adolescência, quando passou a fazer exercícios físicos com frequência. "Fui submetida à septoplastia e, como tinha uma cartilagem protuberante no dorso do nariz que me incomodava muito esteticamente, aproveitei para fazer também uma rinoplastia", comenta. A rinite, no entanto, continua a interferir na vida de Ana. "Ainda tenho crises porque ela ficou praticamente crônica. Sei que durante a noite respiro pela boca, e isso tem desencadeado problemas na garganta. Respirar pela boca virou um padrão. Consigo me policiar de dia, mas quando durmo não tem jeito", pondera.

Ainda hoje, um dos temores dos pacientes que recebem a indicação da septoplastia é o uso dos tampões no pós-operatório. No entanto, com o avanço das técnicas cirúrgicas, eles raramente são utilizados. "Complicações como infecções e sangramento nasal são raras atualmente, pois os antibióticos profiláticos e o cautério nasal previnem as complicações cirúrgicas. A anestesia geral evoluiu muito nos últimos anos", enfatiza Hamam. Após a recuperação da cirurgia, que dura no máximo 10 dias, o acompanhamento de um fonoaudiólogo é recomendável nos casos como o de Tiago e Ana, para que o paciente reaprenda a respirar pelo nariz.

Para saber mais

Ar pela boca

Quando a boca é utilizada para respirar, a frequência respiratória e os batimentos cardíacos aumentam, tornando as pessoas mais inquietas, irritadas, atrapalhando ainda a qualidade do sono e o desempenho na escola e no trabalho. Os principais sintomas da respiração bucal são o crescimento das amígdalas e dos adenoides. Se o ar for inadequado, essas duas estruturas aumentam de tamanho e dificultam ainda mais a respiração. Se o problema traz consequências graves, a cirurgia pode ser feita em crianças.

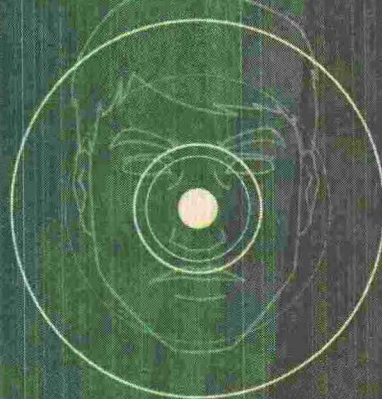
DIFICULDADE PARA RESPIRAR

O que é um septo desviado?

Septo é uma parede que separa duas cavidades. O nasal divide o nariz em duas partes (direita e esquerda). O septo desviado é aquele que tem um formato anormal, podendo causar problemas na respiração.

Sintomas

- Bloqueio de uma ou de ambas as narinas
- Congestão nasal, às vezes em um lado só
- Hemorragias nasais frequentes
- Infecções repetidas dos seios paranasais
- Dor facial, dores de cabeça, gotejamento "pós-nasal"
- Respiração ruidosa durante o sono, nas crianças e nos bebês



Riscos

Dependendo do caso, pode haver dificuldade para respirar pelos dois lados do nariz ou por um só. Isto pode predispor a sinusites, respiração bucal, cansaço, dificuldade para dormir, roncos e salivação noturna

Solução para o problema

A cirurgia de correção do desvio de septo nasal — septoplastia — é indicada quando o tratamento medicamentoso não funciona. O procedimento pode ser único ou combinado com outra cirurgia para corrigir outros problemas nasais, como turbinectomias, rinoplastias e sinusectomias.

A cirurgia

- A septoplastia é realizada em hospital e demora cerca de 1 hora, se for única
- A anestesia local pode ser incômoda, além de levar a algum risco de sangramento, por isso a anestesia geral é mais usada
- O procedimento não costuma gerar dor no pós-operatório e não deixa nenhuma cicatriz externa
- Normalmente, o cirurgião deixa uns 2 ou 3 pontos dentro do nariz que são absorvíveis — não precisam ser retirados

Internação

Dependendo da evolução após a cirurgia e da rotina do cirurgião, a alta hospitalar pode ser dada no mesmo dia ou no dia seguinte

Pós-operatório

Na septoplastia simples não é comum os olhos ficarem roxos e o rosto inchado. Estes sinais aparecem, geralmente, quando o paciente é submetido a cirurgia plástica nasal (rinoplastia)

Possíveis complicações da septoplastia

- Infecção
- Sangramento nasal
- Problemas relacionados à anestesia

Recuperação

Normalmente não dói quase nada, a menos que se bata o nariz, mesmo que seja de leve

Importante no pós-operatório

Os cuidados pós-operatórios são tão ou mais importantes que a cirurgia em si. É recomendável tomar uma medicação antibiótica para evitar infecção e lavar o nariz por dentro para não formar crostas

Causas mais comuns de desvio de septo nasal

Congênitos — presentes ao nascimento ou com esta predisposição

Adquiridos — em geral, após traumatismo nasal

