



## RESPIRAÇÃO BUCAL

As **causas** da respiração bucal podem ser **orgânicas**, tais como: desvio de septo, crescimento do tecido que reveste as cavidades nasais ( adenóide ) ou **funcionais**, quando deflagradas por rinite, sinusite e alergias respiratórias. Em todas essas situações, o ar não passa livremente pelas vias aéreas superiores e a pessoa compensa, respirando pela boca.

Agora, imagine as **consequências** de respirar de modo incorreto, dia após dia... Todo o sistema miofuncional oral acaba sendo prejudicado, altera-se o padrão de deglutição, de mastigação, a fala fica mais pastosa e mal articulada e muitas vezes a arcada dentária sofre alterações. A aparência da pessoa se modifica com o tempo, já que os músculos da face ficam flácidos, o rosto alongado, o olhar caído e a boca entreaberta. Além disto, estudos comprovam que a respiração bucal ocasiona também prejuízos a oxigenação cerebral, propiciando quadros de desatenção e baixo rendimento escolar ou profissional.

### **SINAIS DE ALERTA :**

- Mantem a boca aberta a maior parte do tempo
- Alterações no sono: respiração ruidosa ou ronco , baba, sono agitado
- Problemas respiratórios frequentes
- Mastigação com a boca aberta e deglutição com projeção de língua
- Alteração na oclusão dos dentes
- Alterações de voz e fala
- Olheiras, olhar caído, bochechas caídas
- Desatenção e baixo rendimento escolar ou profissional

**TRATAMENTO:** O tratamento deverá ser medicamentoso ou cirúrgico, de acordo com a avaliação de um **Otorrino**, como também é indicada a **Terapia Fonoaudiológica**, desenvolvendo exercícios respiratórios e de fortalecimento muscular, até mesmo nos casos pós-cirúrgicos, onde muitas vezes persiste o hábito de respirar pela boca.