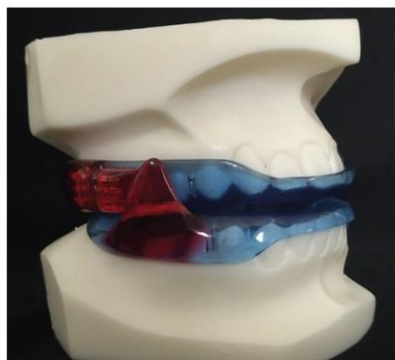


Controle do ronco primário e da apneia obstrutiva do sono com uso de aparelhos intra-orais de avanço mandibular



RONCO PRIMÁRIO: (aquele que não está relacionado a Apneia do Sono), segundo a Academia Americana de Medicina do Sono (AAMS), é um distúrbio respiratório que afeta aproximadamente 40% da população, sendo a maioria homens de meia-idade. O ronco ocorre pelas vibrações audíveis das vias aéreas superiores, durante a respiração enquanto dormimos, devido a perda do tônus muscular dos músculos dilatadores dessas vias, que induz ao estreitamento e aumento da resistência das vias aéreas, tornando o fluxo do ar turbulento, causando o ruído inconfundível do ronco.

Roncadores primários (com IAH <5/h = uma medida usada para avaliar a gravidade



da Apneia do Sono), têm alto risco de desenvolver Apneia Obstrutiva do Sono (AOS) e o ronco pode ser um indicativo de AOS em um estágio inicial. Algumas anormalidades anatômicas das vias aéreas superiores, alterações da estrutura craniofacial e dos tecidos moles (como nariz, língua, paredes laterais da faringe) têm um papel importante no desenvolvimento da AOS.

O ronco está associado a vários problemas de saúde: quanto maior a intensidade do ronco, maior a gravidade da AOS (quando o paciente tem AOS); risco aumentando de doenças cardiovasculares, especialmente a hipertensão (mais frequente em homens), obesidade abdominal e hipertriglicerídeos (mais frequente em mulheres). Além desses problemas, o ronco também traz consequências sociais e afeta a saúde e qualidade de vida dos companheiros (as) de cama desses roncadores. Esses parceiros (as) sofrem com má qualidade de sono e fadiga diurna. A privação do sono ou de má qualidade, aumenta o estresse diurno, a depressão e a fadiga, afetando a qualidade de vida do companheiro (a) do roncador. O controle do ronco inclui mudanças no estilo de vida, como perda de peso e, em alguns casos cirurgias, e terapia com Aparelhos Intra-orais. Esses aparelhos são indicados como a melhor opção de tratamento para o Ronco Primário.

APNEIA OBSTRUTIVA DO SONO (AOS): ocorre quando há episódios recorrentes de obstrução parcial ou completa das vias aéreas superiores durante o sono e, como resultado, há fragmentação do sono e diminuição de oxigênio na corrente sanguínea. A AOS é um fator de risco para doenças cardiovasculares e está associada a redução da qualidade de vida. O tratamento padrão ouro é o CPAP (pressão positiva contínua nas vias aéreas), mas sua eficácia é limitada pela baixa adesão e intolerância a esse tipo de tratamento.

APARELHOS INTRA-ORAIS DE AVANÇO MANDIBULAR, personalizados, podem reduzir o IAH em até 70%. Embora não sejam tão eficazes quanto a terapia com CPAP na redução do índice de Apneia-hipoapneia (IAH), oferecem uma alternativa para os pacientes

que são incapazes de tolerar a terapia com CPAP e, primeira opção de tratamento para pacientes com Ronco Primário.

Em 2015, foi publicado pela AAMS, diretrizes para a prática clínica para o uso dos Aparelhos Intra-orais, no tratamento do ronco em pacientes com Ronco Primário, em pacientes com AOS e intolerantes à terapia com CPAP. A terapia com esses Aparelhos deve ser realizada por Dentistas qualificados e capacitados em Odontologia na Medicina do Sono, para escolher o melhor desenho e material do Aparelho, considerando-se as necessidades e particularidades oclusais de cada paciente, assim como o acompanhamento e monitoramento da terapia, em conjunto com um médico especialista em sono.

Em resumo, estudos mostram excelentes resultados nos tratamentos dos pacientes com Ronco Primário e AOS, com o uso de Aparelhos Intra-orais de Avanço Mandibular, com os quais é possível manter a patência das vias aéreas superiores durante o sono; apresentam poucos efeitos colaterais como Disfunções Temporomandibulares e alterações oclusais, além da alta adesão dos pacientes a esse tipo de terapia.

Referência:

Micheline M.D. De Meyer, et al. Use of mandibular advancement devices for the treatment of primary snoring with or without obstructive sleep apnea (OSA): A systematic review, Sleep Medicine Reviews, Volume 56, 2021

Ramar, K., et al. Clinical practice guideline for the treatment of obstructive sleep apnea and snoring with oral appliance therapy: An update for 2015. Journal of Clinical Sleep Medicine, 11 (7), pp. 773-828, 2015



LILIANA MORES

CRO/SC15297 | Cirurgiã-Dentista

ESPECIALIDADE

- Odontologia na Medicina do Sono (Ronco e Apneia do Sono)
- DTM & Dor Orofacial, Bruxismos
- Ortodontia.

WhatsApp 48 99951-3768

Instagram @mores_odontologia



LILIANA MORES
ODONTOLOGIA