

Respirar pela boca faz mal à saúde das crianças

A otorrinolaringologista Milene Bissoli ressalta que faz mal porque o ar deixa de ser “processado” pelo nariz, ou seja, não passa pelos processos de filtração, aquecimento e umidificação que ocorrem normalmente na cavidade nasal.

8/7/2020 4:24:50 PM

Quando se respira pelo nariz, o ar é aquecido e limpo de impurezas, protegendo a criança de infecções nas vias aéreas superiores. Por isso, a otorrino Dra Milene Bissoli (<https://www.otorrinomilenebissoli.com.br/>), afirma que este hábito aparentemente inofensivo de se respirar pela boca, pode trazer problemas à saúde da criança.

Agora, por que faz mal? A otorrino ressalta que faz mal porque o ar deixa de ser "processado" pelo nariz, ou seja, não passa pelos processos de filtração, aquecimento e umidificação que ocorrem normalmente na cavidade nasal. Além disso, a respiração oral crônica leva a alterações no crescimento facial que podem ser irreversíveis, podendo também interferir no crescimento e ganho de peso da criança, entre outros aspectos.

A criança que respira pela boca também tem uma piora no padrão de sono, pois muitos hormônios estão relacionados a boa noite de sono. Do hormônio de crescimento até a diminuição do hormônio antidiurético que pode acarretar o famoso "xixi na cama".

As principais causas de respiração oral nas crianças são a rinite e a hipertrofia de adenoide. Há também a "falsa respiração oral", quando a criança não tem nenhum tipo de obstrução nasal, consegue respirar pelo nariz, mas permanece com a boca aberta por conta de uma flacidez da musculatura da face.

Como identificar? A criança com sono agitado e que está sempre com a boca aberta para respirar durante o dia ou para dormir, merece ser investigada por um especialista quanto às possíveis causas deste problema.

Qual o tratamento para a criança que respira com a boca aberta? A Dra Milene Bissoli ressalta que dependerá da causa. No caso da rinite em crianças, o tratamento indicado é com medicamentos, fazendo com que a criança passe a respirar pelo nariz com mais facilidade. No caso da Hipertrofia de Adenoide, o tratamento é cirúrgico.

O mais importante é a avaliação correta por um especialista para se determinar o melhor tratamento para a criança que respira com a boca.