

Quem ronca, não descansa durante o sono, passa o dia cansado e não rende durante o dia. Além disso, existem conseqüências a médio e longo prazo, como a dificuldade de memória, concentração e até mesmo alterações no humor. Alguns casais sentem seu relacionamento afetado e chegam até a dormir em quartos separados ( com alterações em seu psicológico).

O hábito de roncar ataca uma grande parcela das pessoas, e está relacionada à problemas como respiração, cansaço ou distúrbios do sono. Mas afinal, como fazer para parar de roncar? Existe cura para o ronco? O que causa este difícil "barulhinho"?

O ronco tem inúmeras causas ,uma das principais é uma perda da tensão na língua e no maxilar inferior, ou simplesmente obstrução parcial das vias respiratórias superiores, também chamado de Ressonô. Em geral ocorre durante sonos profundos ou sonhos, e algumas posições facilitam a ocorrência, como dormir de costas.

Existem fatores que aumentam a incidência do ronco, como por exemplo, o consumo de bebidas ou tabagismo (fumo) bem como amídalas volumosas ou adenóides em tamanho maior do que o normal. Resfriados também levam ao ronco.

Sendo assim um trabalho multiprofissional é fundamental no tratameno do ronco: otorrinolaringologista, fonoaudiólogo, nutricionista; dentre outros.

O fonoaudiólogo irá realizar uma investigação dos fatores que ocasionam o ronco do ponto de vista fonoaudiológico; como uma má respiração (respiração oral) que poderá gerar flacidez nos músculos do nariz, boca e garganta, uma mastigação ineficiente e rápida que não proporciona um bom trabalho muscular, flacidez ou tensão excessiva de pesçoço; dentre outros.

A reabilitação é feita com base na reeducação das funções alterações alteradas e melhora da qualidade de vida do paciente.

Venha, conheça nossas modernas instalações e veja oque podemos contribuir em sua vida,

em sua qualidade de vida:Esperamos por você!!