



Maísa Casarin
FONOAUDIÓLOGA | CRFa 3-6763

Diferenças entre respiração nasal e oral

Respiração nasal

- Aumento da pressão intra-oral
- Língua exerce função expansora e modeladora sobre a maxila
- Oclusão labial oferece contenção externa
- Suave curvatura da cervical
- O ar é aquecido, umidificado e filtrado na rinofaringe
- * Menor episódios de rinite
- * Melhor imunidade
- * Melhor atenção



Respiração oral – bucal (pela boca)

- Diminuição da pressão intra-oral
- A ação antagônica exercida pela língua e pelo músculo bucinador nas arcadas dentárias está alterada
- Orofaringe sem turbilhonamento fisiológico
- Cabeça faz inclinação para trás ocasionando mudanças de postura
- Diminuição da percepção do paladar e do olfato
- Distúrbios nutricionais
- Redução do apetite e sede constante
- Sono alterado
- **Dificuldades de aprendizagem**

Maísa Casarin
CRFa. 3-6763

Além disso, quando não respiramos pelo nariz podemos ter:

- Alterações na Fala
 - com excesso de saliva, imprecisão, ceceio devidos a língua projetada para fora; lábio superior mais fino e curto; lábio inferior interposto entre os dentes ou invertido
- Alterações na Voz
 - rouca ou anasalada
 - Incoordenação pneumofonoarticulatória, cansaço





Além disso, quando não respiramos pelo nariz podemos ter:

- Deglutição alterada
 - com projeção da língua, contração exagerada dos músculos orbiculares dos lábios, movimentos incoordenados de cabeça
 - alterações na musculatura da face
 - lábios e língua com prejuízos no seu funcionamento adequado
- Mastigação e Sucção alterados
 - engasgos, dores estomacais
- Membrana timpânica alterada com diminuição da audição



Máisa Casarin
FONOAUDIÓLOGA | CRFa 3-6763

Alterações craniofaciais e dentárias:

- Assimetria facial
- Alteração no crescimento facial com predomínio vertical
- Tamanho do nariz diminuído
- Palato estreito e fundo
- Alterações oclusais pelo hipodesenvolvimento maxilomandibular
- Curva de oclusão acentuada
- Classe II, overjet, mordida cruzada, aberta e/ou profunda
- Gengivite marginal ou hipertrófica
- Tendência à formação de cáries
- Alterações na dinâmica da ATM
- Ressecamento da mucosa oral



Máisa Casarin
CRFa. 3-6763



Maísa Casarin
FONOAUDIÓLOGA | CRFa 3-6763

O que o fonoaudiólogo poderá fazer?

- Trabalho para adequar as **funções** da respiração, deglutição, mastigação, sucção e também os músculos.
- O paciente é orientado a realizar os exercícios adequados de forma individualizada.
- O tratamento poderá ser realizado antes, durante ou após o tratamento ortodôntico prévio.
- É sempre necessário fazer um avaliação com otorrinolaringologista antes de iniciar o tratamento.
- O trabalho **INTERDISCIPLINAR** irá proporcionar ao paciente melhor qualidade de vida.

Maísa Casarin
CRFa. 3-6763




Maísa Casarin
FONOAUDIÓLOGA | CRFa 3-6763

Algumas sugestões:

- Mantenha as narinas desobstruídas e limpas.
- Faça a higienização diária sempre ao acordar e antes de dormir.
- Inspire profundamente pelas duas narinas. Depois inspire por um lado de cada vez, ocluindo suavemente a outra narina com auxílio do dedo.
- Evite mofo, umidade e sprays com “cheiros” ou “saches” no quarto de dormir.
- Evite tapetes, carpetes, cortinas e almofadões.
- Evite dormir com o braço debaixo do travesseiro.
- Não fume, nem deixe que fumem dentro de casa.

Maísa Casarin
CRFa. 3-6763

Sobre a autora Maísa Tatiana Casarin

- Maísa Tatiana Casarin
- Fonoaudióloga com ampla experiência clínica, formada pela UFSM (Universidade Federal de Santa Maria) em 1997.
- Mestre em Distúrbios da Comunicação pela UFSM (2006)
- Atualmente atua na cidade de Florianópolis, SC – Brasil.
- Acredita através do compartilhamento de informações podemos fazer melhor e proporcionar um atendimento de excelência na área da fonoaudiologia.
-  @fonomaisa