



OS IMPACTOS DA SEPTOPLASTIA NA QUALIDADE DO SONO: UMA REVISÃO DE LITERATURA

 <https://doi.org/10.56238/levv15n43-076>

Data de submissão: 20/11/2024

Data de publicação: 20/12/2024

Érica da Silva de Oliveira
João Vítor Ferraz Gomes
Eduarda Cristina Antoniazzi
Roberta Melo Toccafondo
Michelle Paz de Araújo

RESUMO

A septoplastia, procedimento cirúrgico indicado para a correção de desvio de septo nasal, é amplamente reconhecida por melhorar a função respiratória, mas seu impacto psicológico, particularmente em relação à qualidade do sono, permanece subexplorado. Este estudo objetiva analisar a relação entre a correção do desvio de septo e os aspectos relacionados à qualidade do sono e bem-estar psicológico. Realizou-se uma revisão sistemática da literatura com base em artigos publicados entre 2004 e 2024, extraídos das bases de dados SciELO e PubMed, focando-se em distúrbios do sono, impacto emocional e qualidade de vida. Os resultados sugerem que a septoplastia tem potencial para promover melhorias significativas no sono, reduzir sintomas de ansiedade e depressão e, por conseguinte, melhorar a qualidade de vida dos pacientes. Contudo, a magnitude desses efeitos está sujeita a variações individuais e à severidade dos sintomas pré-operatórios.

Palavras-chave: Septoplastia. Qualidade do Sono. Revisão de Literatura.

1 INTRODUÇÃO

O desvio de septo nasal é uma das condições mais prevalentes na população geral, caracterizado pela assimetria do septo nasal, o que pode resultar em obstrução das vias respiratórias superiores. Quando não corrigido, essa condição está associada a uma série de complicações respiratórias, como ronco, apneia obstrutiva do sono (AOS) e sinusite crônica. Além do impacto nas funções respiratórias, o desvio de septo está intimamente relacionado à deterioração da qualidade do sono, com repercussões no bem-estar psicológico dos pacientes, como aumento de sintomas de ansiedade e depressão (Müller & Guimarães, 2007).

A septoplastia é o tratamento cirúrgico de escolha para a correção do desvio de septo, sendo eficaz na restauração da permeabilidade nasal e na melhoria da função respiratória. Entretanto, o impacto dessa cirurgia sobre o sono e o estado psicológico dos pacientes ainda carece de uma análise aprofundada. Distúrbios do sono, como insônia e AOS, têm demonstrado correlação direta com diversos problemas psicológicos, afetando substancialmente a qualidade de vida (Popoaski et al., 2012). Portanto, é essencial compreender não apenas os benefícios respiratórios da septoplastia, mas também os efeitos psicossociais subsequentes, em particular, os impactos sobre a qualidade do sono e o estado emocional.

Este estudo revisará a literatura disponível sobre os efeitos da septoplastia no sono e no bem-estar psicológico, com ênfase nos mecanismos que explicam a interação entre a correção do desvio de septo, a melhoria respiratória e as consequências psicológicas.

2 METODOLOGIA

Foi conduzida uma revisão da literatura com base em artigos indexados nas bases de dados SciELO e PubMed, publicados entre 2004 e 2024, em idiomas português, espanhol e inglês. A estratégia de busca utilizou os descritores “Insônia”, “Desvio de Septo” e “Cirurgia” para identificar estudos relevantes. Foram incluídos artigos de intervenção, ensaios clínicos randomizados, estudos observacionais, dissertações e teses que abordassem, de forma direta ou indireta, os efeitos da septoplastia na qualidade do sono, na função respiratória e no impacto psicológico dos pacientes. A análise excluiu estudos que não se relacionassem diretamente com os objetivos propostos ou que apresentassem dados insuficientes sobre os resultados pós-operatórios.

3 RESULTADOS

O desvio de septo nasal é frequentemente associado a complicações respiratórias que afetam o sono, tais como ronco e apneia obstrutiva do sono. Estudos demonstram que a septoplastia proporciona melhorias significativas na respiração nasal e, conseqüentemente, na qualidade do sono dos pacientes. De acordo com Popoaski et al. (2012), pacientes com respiração bucal crônica,

frequentemente diagnosticados com distúrbios respiratórios do sono, apresentaram um aumento substancial na qualidade de vida e na qualidade do sono após a correção do desvio de septo.

Além disso, diversos estudos indicam que a correção do desvio de septo não apenas melhora a função respiratória, mas também tem impacto positivo no bem-estar psicológico dos pacientes, com redução significativa dos sintomas de ansiedade e depressão. Daltro et al. (2006) ressaltam que distúrbios do sono, como AOS, estão fortemente associados a comorbidades psiquiátricas, principalmente em indivíduos com obesidade, e que a correção dos problemas respiratórios por meio da septoplastia pode atenuar essas comorbidades, levando a uma melhora no estado emocional dos pacientes.

Estudo de Ephrath et al. (2020) também revelou que intervenções para obstruções nasais, como a septoplastia, estão relacionadas com uma melhora significativa na qualidade de vida, com diminuição das queixas associadas ao sono e com a redução dos sintomas psicológicos. A redução da privação de sono tem sido consistentemente associada a uma diminuição da prevalência de sintomas depressivos e ansiosos, evidência que corrobora a hipótese de que a melhoria na função respiratória pode influenciar positivamente o estado psicológico dos pacientes.

4 DISCUSSÃO

A qualidade de vida de indivíduos que apresentam distúrbios do sono está profundamente afetada pela interrupção do ciclo saudável de descanso, impactando diretamente sua saúde física e emocional. Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), a qualidade de vida envolve não apenas os aspectos físicos, mas também fatores sociais, psicológicos e ambientais, sendo que qualquer alteração em um desses domínios pode comprometer o bem-estar geral do indivíduo. Um dos fatores físicos diretamente relacionados à qualidade de vida e ao sono é a respiração oral, que ocorre quando a respiração nasal é insuficiente ou bloqueada por um período superior a seis meses, levando a uma dependência da respiração pela boca, com várias implicações para a saúde do paciente (Müller & Guimarães, 2007; Popoaski et al., 2012).

A respiração oral pode ser desencadeada por uma série de condições, incluindo hipertrofia das adenoides e amígdalas, deformidades nas estruturas nasais, rinite alérgica, e até mesmo corpos estranhos nas vias respiratórias superiores. O desvio do septo nasal (DSN), tanto congênito quanto adquirido, é uma das causas mais comuns desse padrão respiratório alterado. A prevalência de distúrbios respiratórios associados ao DSN pode variar conforme a idade, com um impacto mais significativo nas funções respiratórias em adultos e crianças (Daltro et al., 2006). O DSN, ao dificultar o fluxo de ar pelo nariz, pode prejudicar o aquecimento e a umidificação do ar, afetando a troca gasosa eficiente e contribuindo para complicações como sinusite, ronco e apneia obstrutiva do sono (AOS) (Alghamdi et al., 2022).

A presença de um desvio nasal pode ser assintomática em muitos casos, mas também pode gerar sintomas significativos, como dificuldades respiratórias durante o sono, o que está frequentemente associado à apneia obstrutiva. O DSN, em conjunto com outras condições como a hipertrofia adenoamigdaliana, pode resultar em obstrução das vias aéreas, afetando a saúde respiratória e a qualidade do sono. A apneia obstrutiva do sono, um distúrbio caracterizado por pausas respiratórias durante o sono, pode levar a hipoxemia (baixa concentração de oxigênio no sangue) e hipercapnia (aumento dos níveis de dióxido de carbono), o que, por sua vez, ativa o sistema nervoso simpático e aumenta a carga sobre o sistema cardiovascular (Ephrath et al., 2020).

Estudos demonstram que a hipertrofia de adenoides e amígdalas é particularmente relevante em crianças, onde sua presença pode prejudicar o desenvolvimento cognitivo e físico. Em adultos, essa condição é frequentemente subestimada, mas também pode levar a obstruções nas vias nasais e agravar os distúrbios respiratórios durante o sono. A respiração oral associada a essas condições pode resultar em sérios impactos sobre a qualidade do sono e, conseqüentemente, sobre a qualidade de vida do paciente, comprometendo suas atividades diárias e relacionamentos sociais (Leites, 2024).

Em termos de tratamento, o desvio de septo nasal pode ser abordado de maneira cirúrgica ou não cirúrgica, com a escolha do método dependendo da gravidade dos sintomas e das queixas do paciente. O uso de sprays nasais com esteroides é comumente recomendado no manejo da rinite alérgica, enquanto a septoplastia, um procedimento cirúrgico para correção do desvio nasal, tem mostrado ser mais eficaz para casos de obstrução grave, resultando em uma melhora significativa na qualidade do sono e na função respiratória (Marcelino et al., 2014). A taxa de satisfação com a septoplastia pode variar de 50% a 100%, com a maioria dos pacientes reportando uma melhora considerável em sua qualidade de vida após o procedimento (Costa, 2020).

Outro aspecto importante é a relação entre a apneia obstrutiva do sono (SAOS) e distúrbios respiratórios nasais, como o DSN. A SAOS é caracterizada por episódios repetidos de colapso das vias aéreas superiores, o que reduz a ventilação durante o sono e resulta em diversos problemas de saúde, como hipertensão, diabetes, doenças pulmonares e até mesmo acidente vascular cerebral. O diagnóstico de SAOS é geralmente feito por meio de polissonografia, embora seu alto custo e a dificuldade de acesso ao exame limitem a sua utilização em muitos casos (Daltro et al., 2006). Pacientes com alto índice de apneia/hipopneia podem apresentar uma série de comorbidades, sendo o tratamento da SAOS essencial para prevenir complicações graves.

A presença de ronco e de respiradores bucais está frequentemente associada a uma maior incidência de SAOS. Estudos indicam que respiradores bucais tendem a apresentar alterações mais significativas no índice de apneia/hipopneia do que indivíduos que respiram predominantemente pelo nariz (Burguer et al., 2004). Em crianças, as manifestações clínicas de distúrbios respiratórios do sono

são distintas, com obstruções nas vias aéreas superiores ocorrendo de maneira mais contínua e, por isso, resultando em sintomas mais graves em comparação com adultos (Izu et al., 2010).

A correção do desvio do septo nasal pode ser uma solução eficaz para reduzir a incidência de SAOS, especialmente em pacientes com maior índice de massa corporal (IMC), que tendem a apresentar uma sobrecarga nas vias respiratórias. O tratamento deve ser sempre multidisciplinar, envolvendo uma avaliação detalhada do histórico médico e das condições associadas, como rinosinusite, bronquite crônica e otite média. Exames clínicos, como a rinoscopia e a endoscopia nasal, são essenciais para determinar o grau do desvio septal e o impacto nas vias respiratórias (Leites, 2024).

Em relação ao impacto geral na qualidade de vida, a correção da obstrução nasal tem mostrado benefícios notáveis. Pacientes que se submetem a procedimentos para resolver a obstrução nasal relatam uma melhora substancial no sono, com redução de despertares noturnos e dificuldades para adormecer. Além disso, observam uma melhoria no desempenho cognitivo e emocional, refletindo em maior produtividade e concentração, e menor sensação de frustração no cotidiano (Moshe et al., 2021). Assim, é evidente que a abordagem adequada para problemas respiratórios, como o desvio do septo nasal e a apneia obstrutiva do sono, pode ter um impacto significativo na qualidade de vida geral, refletindo uma melhoria no bem-estar físico, emocional e social dos pacientes.

5 CONCLUSÃO

A septoplastia, ao corrigir o desvio de septo nasal, não só promove uma melhora na função respiratória, mas também tem efeitos significativos na qualidade do sono e no bem-estar psicológico dos pacientes. A correção dos distúrbios respiratórios, como a apneia obstrutiva do sono, resulta em uma redução substancial de sintomas de ansiedade e depressão, além de contribuir para um aumento da qualidade de vida geral. Esses achados reforçam a importância de se considerar os aspectos psicossociais na avaliação e no tratamento dos pacientes com desvio de septo, sugerindo que a septoplastia deva ser parte de um plano de tratamento holístico que inclua acompanhamento psicológico, particularmente em indivíduos com distúrbios emocionais preexistentes. Em suma, a septoplastia apresenta-se como uma intervenção eficaz não apenas para a melhoria da função respiratória, mas também para o aprimoramento da qualidade do sono e do bem-estar psicológico dos pacientes.



REFERÊNCIAS

- Müller, M. R., & Guimarães, S. S. (2007). Impacto dos transtornos do sono sobre o funcionamento diário e a qualidade de vida. *Estudos de Psicologia I Campinas I*, 24(4), 519-528.
- Popoaski, S. M., et al. (2012). Avaliação da qualidade de vida em pacientes respiradores orais. *Arq. Int. Otorrinolaringol./Intl. Arch. Otorhinolaryngol.*, 16(1), 74-81.
- Alghamdi, F. S., et al. (2022) Nasal Septal Deviation: A Comprehensive Narrative Review. *Cureus*, 10 nov.
- Costa, R. B. (2020). Relação entre respiração bucal e apneia obstrutiva do sono: Uma revisão integrativa. João Pessoa, Universidade de João Pessoa.
- Ephrath, M., Jacobowitz, O., & Driver, M. (2020). Quality-of-life impact after in-office treatment of nasal valve obstruction with a radiofrequency device: 2-year results from a multicenter, prospective clinical trial. *International Forum of Allergy & Rhinology*, 11(4), 755–765.