

UNIVERSIDADE DAS CRIANÇAS RESPONDE: POR QUE RONCAMOS?

Você já deve ter reparado que ninguém ronca quando está acordado, não é mesmo? Quando a gente dorme, os músculos do pescoço que formam as vias aéreas - que são os locais por onde passa o ar que respiramos - ficam relaxados. Tão relaxados que diminuem o espaço de passagem do ar, provocando um ruído que chamamos de ronco!

Quando a gente vai ficando mais velho, esses músculos vão relaxando naturalmente, diminuindo o espaço por onde passa o ar. Agora é fácil entender porque os vovôs e vovós normalmente roncam mais! E quando uma pessoa bebe muita cerveja ou qualquer outra bebida alcoólica, acontece igualzinho, pois o álcool relaxa os músculos das nossas vias aéreas.

Ah, e quem é mais gordinho ronca mais também, mas não é porque o músculo relaxa, mas sim porque ele fica cheio de gordura, aumentando de tamanho... Aí com menos espaço, fica mais difícil para o ar passar.

E você, ronca? Se alguma vez já ficou com o nariz entupido, a resposta é sim. Você já percebeu que quando isso acontece respiramos pela boca? Isso também faz a gente roncar...

Hum... Então, já sabe, nunca diga que não roncou, ok?

Texto escrito por Amanda Salvo em resposta a uma criança de 12 anos, no programa Universidade das Crianças, da **Rádio UFMG Educativa 104,5 FM**, e adaptado pela equipe do Ciência para todos.