

Verão não é época de cuidar só da pele: os ouvidos também pedem atenção

Otorrino credenciado à Amil em Curitiba ensina dicas para diminuir alguns desconfortos típicos da estação

Curitiba, PR (janeiro de 2017) – O excesso de água nos ouvidos é um dos principais motivos do surgimento de uma infecção muito comum no verão: a otite externa. Por geralmente acontecer após mergulhos no mar e em piscinas, também é conhecida como “ouvido de nadador”, causando desagradáveis dores locais. Outra sensação muito comum nessa época do ano, devido às viagens de férias, é a de entupimento no ouvido, ocasionada por mudanças bruscas de altitude. Quem costuma mergulhar em grandes profundidades ou descer a Serra do Mar para ir à praia, por exemplo, deve estar familiarizado com essa situação, conhecida como plenitude aural. O otorrinolaringologista Paulo Eduardo Przysiezny, credenciado à Amil em Curitiba, ensina dicas para diminuir alguns desses desconfortos típicos da estação.

“O principal sintoma da otite externa é a dor, que piora ao encostar na orelha, mas a sensação de ouvido entupido, coceira e saída de secreção também são frequentes. Em situações mais graves, a orelha também pode ficar vermelha e inchada. Para quem está enfrentando esses sintomas, o calor local com bolsa de água morna ou pano aquecido - prática muito difundida por nossas mães na infância - realmente acalma a dor”, explica o médico.

Aqueles que buscam um método caseiro para facilitar a saída da água dos ouvidos também têm como opção inclinar a cabeça para o lado, fazendo movimentos leves de compressão na região do trágus (pequena elevação na região anterior do ouvido), com o dedo indicador. “Após a natação, o ideal é enxugar cuidadosamente a orelha externa, limpando-a lenta e suavemente com uma toalha macia ou pano. As pessoas com otites externas recorrentes podem secar as orelhas até mesmo com um secador de cabelo, desde que tenham cuidado”, instrui o especialista.

O médico explica que, uma vez instalada a infecção, o tratamento inclui a limpeza do conduto auditivo para remover restos de pele e de secreção, aliado ao uso de medicações. Analgésicos e anti-inflamatórios geralmente são receitados por via oral para diminuir a dor, enquanto alguns antibióticos podem ser utilizados topicamente nas orelhas.

Já o entupimento auditivo (plenitude aural) ocorre sempre que a pressão na orelha média é diferente da do ambiente externo. Pode acontecer, por exemplo, na prática de mergulhos e escaladas ou durante viagens de avião ou à serra. O efeito é geralmente temporário, mas algumas dicas ajudam a abreviá-lo ainda mais. “Movimentos de mastigação ou a manobra conhecida como valsalva – quando tapamos a boca e o nariz e forçamos o ar para fora, até alcançar a orelha média via tuba auditiva – podem aliviar essa sensação”, ensina Paulo Eduardo.

Mais informações:

Relações com a Imprensa - Rio de Janeiro
Amanda Barbosa
amabarbosa@amil.com.br
+ 55 (21) 3805-1179 | (21) 99878-0162

Relações com a Imprensa - São Paulo
Maria Selma dos Santos
mariasantos@amil.com.br
+ 55 (11) 4197-1160 | (11) 97546-7519

O especialista alerta que a variação brusca de pressão pode, eventualmente, gerar um processo inflamatório da mucosa nasal e obstruir a tuba auditiva, ocasionando otite média. Nesses casos, pode haver dor e, em situações extremas, até algum percentual de perda auditiva. O tratamento para quadros crônicos, em geral, é feito com medicação nasal, sendo que algumas vezes é necessária cirurgia. A surdez, no entanto, não ocorre exclusivamente por essas situações.

Mais informações:

Relações com a Imprensa - Rio de Janeiro
Amanda Barbosa
amabarbosa@amil.com.br
+ 55 (21) 3805-1179 | (21) 99878-0162

Relações com a Imprensa - São Paulo
Maria Selma dos Santos
mariasantos@amil.com.br
+ 55 (11) 4197-1160 | (11) 97546-7519