



## DOENÇAS OTORRINOLARINGOLÓGICAS

*Especialista do São Cristóvão Saúde explica um pouco mais sobre a diferença entre Otite e Rinite*



Você já teve aquela dor de ouvido que não sabe da onde vem ou o que fazer quando ela aparece? Pois saiba que a Otite, também conhecida como infecção do ouvido, possui dois tipos: A externa e a média.

De acordo com a Otorrinolaringologista do Grupo São Cristóvão Saúde, Dra. Sheila Segura, a Otite Externa é uma infecção da porção da orelha, podendo acometer a porção externa do tímpano, conduto e o pavilhão. Ela pode ter relação com a entrada de líquido, através da piscina, mar e também devido a umidade do calor. Esses fatores removem a proteção da pele, além da

associação do uso de cotonetes, favorecendo a passagem de bactérias. “O ideal nesses casos é nunca pingar nada no ouvido, apenas proteger a região até o médico ser consultado. Se, ao apertarmos o ouvido do paciente ele sentir bastante dor, as chances de ser uma Otite Externa é grande”, comenta.

O outro tipo, denominada Otite Média, é aquela mais interna, que acontece atrás do tímpano e relacionada às vias aéreas superiores, aparecendo durante ou após gripes, resfriados e sinusites, além de acometer mais crianças – por consequência da anatomia do sistema auditivo - e podendo evoluir para sequelas irreparáveis. Por isso, é fundamental a avaliação de um especialista o mais breve possível.

Já a Rinite, diferente da Otite - que acontece mais em períodos quentes - pode ocorrer em qualquer época do ano. Pessoas geralmente se queixam mais das crises de rinite ao utilizar, com maior frequência, o ar condicionado, permitindo o contato com ácaros e poeiras do dia a dia. Para quem possui rinite, Dra. Sheila aconselha a realização da lavagem nasal com soro e bastante volume, por meio de seringas maiores ou garrafinhas vendidas, exclusivamente, para a execução do procedimento. “A lavagem auxilia bastante na retirada da secreção contida no interior do nariz, mantendo um bom funcionamento da mucosa nasal”, comenta.

E, ao contrário do que muitas pessoas imaginam, em dias com temperaturas elevadas, a utilização do ar condicionado é mais recomendada do que o ventilador. “O ar condicionado remove a água do ambiente, deixando o local mais seco. Como na maioria dos casos, a limpeza do equipamento não é feita

de maneira correta e frequente e, ao ligar, a poeira mantida dentro do ar condicionado sai, prejudicando a respiração de quem encontra-se no local. Já o ventilador que, assim como ar condicionado também não possui uma limpeza adequada, acaba retendo a poeira, tanto no motor, como na grade externa. Além disso, o ventilador faz com que a poeira que está no chão, no ambiente e nos móveis, também levante. Assim, o paciente acaba tendo muito mais contato com a poeira e prejudicando, ainda mais, as vias aéreas”, ressalta.

Por isso, a Otorrinolaringologista do São Cristóvão Saúde alerta: “Mantenham sempre o ambiente arejado, limpo e, sempre que possível, façam a lavagem nasal. São medidas simples, mas que ajudam muito a manter a saúde e melhor qualidade de vida”, finaliza.