

**Autor:** Pedro Vale, Lília Barreira, Beatriz Matos, Roberto Gonçalves

**Última atualização:** 2024/01/18

**Palavras-chave:** Ouvido; dor de ouvidos; Otite externa; Traumatismo

## Resumo

A **otite externa** é uma inflamação do canal auditivo externo e é uma das doenças mais frequentes na área da otorrinolaringologia. As causas mais comuns são as infecções bacterianas. Existem fatores que podem predispor ao seu aparecimento, como a exposição à água, o trauma do ouvido, a utilização de aparelhos auditivos, cotonetes e outros objetos e doenças de pele, como a psoríase. Os principais **sintomas** são a dor, a comichão, o aspeto avermelhado e o inchaço do ouvido afetado. A maioria dos casos é tratada com medicamentos tópicos e com resolução completa. A **prevenção** é uma parte importante, recomendando-se secar bem os ouvidos após exposição à água, evitar o uso de objetos que possam danificar o canal auditivo e proteger os ouvidos com tampões ao nadar ou tomar banho.

## Otite externa

A **otite externa**, também conhecida com "ouvido de nadador", consiste numa inflamação do canal auditivo externo, que é o canal que vai da orelha até o tímpano.

É uma das doenças mais frequentes na área da otorrinolaringologia estimando-se que cerca de 10% das pessoas desenvolvam uma **otite externa** ao longo das suas vidas sobretudo nos meses de Verão.

## Causas

A maioria das situações de **otite externa** devem-se a uma infecção bacteriana sendo os patógenos mais comuns a *Pseudomonas aeruginosa* (38%), *Staphylococcus epidermidis* (9%) e *Staphylococcus aureus* (8%). Muitas vezes coexistem diversas bactérias ao mesmo tempo.

Ainda que menos comum os fungos também podem causar otite externa em 2-10% dos casos sendo o *Aspergillus* e a *Candida* os agentes mais implicados.

## Fatores de Risco

- **Exposição à água e prática de desportos aquáticos (por exemplo, natação): é o mais comum.**
- **Traumatismos** (por exemplo, coçar o ouvido e a utilização de cotonetes)

- **Dispositivos auriculares** oclusivos (por exemplo, aparelhos auditivos, auriculares)
- **Alergias** (por exemplo, devido a champôs ou produtos cosméticos)
- Condições dermatológicas (por exemplo, **psoríase**)

## Diagnóstico e Sintomas

---

A otite externa geralmente manifesta-se com dor de ouvido/otalgia intensa, comichão, secreções no ouvido (otorreia), sensação de ouvido tapado e diminuição da audição.

Habitualmente existe dor quando se toca no ouvido ou ao mastigar e inflamação do canal auditivo com vermelhidão, edema e corrimento. Poderá também existir inflamação do tímpano, obstrução do canal auditivo externo e inflamação da orelha.

Nos casos mais ligeiros apenas existe comichão e dor e inflamação mínimos. A simples observação faz o diagnóstico.

Nos casos mais graves pode existir febre e obstrução completa do canal auditivo, dor intensa e inflamação. Nestes casos, assim como nos doentes com compromisso da capacidade imunológica e quando não há resposta ao tratamento inicial, pode ser necessário fazer alguns testes complementares como o exame bacteriológico.

## Tratamento

---

O tratamento da **otite externa** visa reduzir a dor e eliminar a infeção. A maioria das pessoas com otite externa pode ser tratada em casa com:

- **Gotas otológicas** (antibiótico e corticoides tópicos): as gotas para os ouvidos são geralmente prescritas para eliminar a infeção e reduzir o edema causado pela otite externa. É importante aplicar as gotas auriculares corretamente para que cheguem ao canal auditivo, uma vez que, muitas vezes este encontra-se obstruído. A melhoria dos sintomas surge habitualmente dentro de 2 dias, mas se a dor agravar ou não melhorar nesse período, deve-se procurar ajuda médica.
- **Medicação de alívio sintomático** (anti-inflamatório não esteroide, para aliviar a dor)
- **Evitar o contacto com a água:** Durante o tratamento, deve-se evitar molhar a parte interna das orelhas. Assim, durante o banho, pode ser útil colocar uma bola de algodão revestida com vaselina no ouvido.
- **Evitar usar aparelhos auditivos** e fones de ouvido intra-auriculares;

A maioria dos casos apresenta um curso benigno e autolimitado com tratamento. Os casos graves ou com perfuração do tímpano exigem orientação por um otorrinolaringologista.

## Prevenção - "Não coloque nada menor que o cotovelo na orelha"

---

- **Evitar inserir objetos no ouvido:** não usar **cotonetes** ou outros objetos para limpar o ouvido externo, pois isso pode empurrar a cera para dentro do canal, causando irritação e infeção;
- **Manter as orelhas secas:** usar tampões de ouvido à prova de água e evitar mergulhar a cabeça dentro de água por longos períodos de tempo. Após nadar ou tomar banho, secar as orelhas e os canais auditivos com um secador de cabelo em baixa temperatura e à distância.

- Evitar produtos irritantes: Evitar o uso de produtos químicos, como sprays de cabelo ou perfumes, que possam irritar o canal auditivo.

## Conclusão

---

A **otite externa** é uma inflamação comum do ouvido. O tratamento envolve normalmente medicamentos tópicos. A prevenção é essencial para evitar o seu desenvolvimento.

## Referências recomendadas

---

- [Laura A Goguen. Patient education: External otitis \(including swimmer's ear\). UpToDate. 2024](#)
- [Swimmer's ear, Mayo Clinic 2021](#)
- [Otitis externa. NHS. 2023](#)

[Voltar à página inicial](#) [Tem alguma dúvida? Fale conosco](#) \*\*\*\*\*

[Pedro Vale](#) • [Lília Barreira](#) • [Beatriz Matos](#) • [Roberto Gonçalves](#)