

Informação Geral

A USF ALPHA funciona em 2 pólos localizados nas freguesias de Válega (sede) e São Vicente Pereira e Jusã.

Válega (sede):

- o Morada: Rua do G.A.C., 3880-501 Válega
- o Telefone: 256590060 FAX: 256590069
- o E-mail: usf_alpha@csovar-min.saude.pt

São Vicente Pereira e Jusã:

- o Morada: Av. do Emigrante, 3880-820 São Vicente Pereira e Jusã
- o Telefone/fax: 256890406
- o E-mail: usf_alpha_svpereira@csovar.min-saude.pt

Pode encontrar a USF ALPHA no seu sítio da internet:

www.usfalphabet.com

Dor de ouvidos no bebé e criança pequena



Elaborado por:	Revisto por:	Aprovado em CG a:
Inês Figueiredo		

O que é?

A **dor de ouvidos** é muito habitual nas crianças. A causa mais frequente é a otite. Com menor frequência podem causar dor os rolhões de cera ou as feridas por uso de cotonetes de algodão.

As otites são infeções do ouvido e podem ser de dois tipos:

Otites médias. Produzem-se durante as constipações, quando a infeção chega ao ouvido médio. Podem dar dor, febre, vómitos e saída de mucosidade ou pus pelo ouvido. As otites não são contagiosas, ao contrário das constipações que as precedem.

Otites externas. Produzem-se pela humidade, calor e feridas na pele de entrada do ouvido. São habituais no verão e em utilizadores de piscinas. Podem produzir comichão, dor e às vezes saída de líquido pelo ouvido. Não costumam dar febre.

Pode suspeitar de otite, se o seu filho mexe no ouvido com frequência, se lhe dói ao tocar ou mover a orelha, ou ao comer. A dor pode persistir durante a noite.

Rolhões de cera: a cera protege das infeções da pele. Só devem remover-se os rolhões quando produzirem dor, ocluírem totalmente o canal auditivo, ou se o médico aconselhar.



O que deve fazer?

TRATAMENTO

- Se a dor é intensa ou tem febre, pode dar-lhe paracetamol, na dose aconselhada pelo seu médico habitualmente.
- Ponha um pano morno (calor seco) sobre o ouvido, pode aliviar a dor.
- Evite que entre água nos ouvidos.
- Evite pôr gotas no ouvido ou utilizar antibióticos se não for receitado pelo seu médico.

PARA PREVENIR A OTITE

- **Externa.** Evite ferimentos com objetos e a entrada de água no ouvido. Seque com cuidado os ouvidos molhados. Se são frequentes, ponha dentro do ouvido depois da piscina 2 gotas de ácido acético a 2% (prepara-se a mistura juntando-se 1 dose de vinagre com 3 de água).
- **Média.** Evite dentro do possível que a criança esteja com pessoas constipadas. Se tem muco no nariz, realize lavagens nasais com soro. Não dê o biberão com o bebé deitado. Não fume nas divisões onde se encontra a criança. A amamentação materna previne as otites.

TAMPÕES DE CERA

- Se tem cera, limpe só a que se exterioriza do orifício. Não introduza cotonetes nem objetos dentro do ouvido.
- Se o seu médico lho indica, para facilitar a extração, aplique 3 dias antes, 2 vezes ao dia, 3-4 gotas de água oxigenada diluída a 50% (prepara-se a mistura de 1 dose de água com 1 de água oxigenada).

Quando consultar o seu Médico de Família?

- Se a criança tem menos de 2 anos, dor de ouvido e febre, deve levá-la ao médico nas primeiras 24 horas.
- Se tem mais de 2 anos e tem dor e febre, deve levá-la se não melhorar com o tratamento sintomático depois de 48 horas.
- Se tem vómitos e a criança está muito prostrada.
- Se sai líquido ou sangue pelo ouvido.
- Se a zona em redor do ouvido está inflamada.
- Se após 3 dias de tratamento médico continua com dores, febre ou supuração do ouvido.
- Se as otites são repetidas. O médico monitorizará o seu tratamento e evolução.

