

Con il termine di otite esterna ci si riferisce all'infiammazione del condotto uditivo posto tra la membrana esterna del timpano ed il padiglione auricolare. Il condotto uditivo protegge la membrana timpanica, primo organo vibratorio per la trasmissione dei suoni, dalla penetrazione di corpi estranei e dalle infezioni. Tale funzione, oltre che dalla conformazione anatomica del condotto e del padiglione auricolare, è esercitata dalla presenza del cerume. Questa sostanza viscosa intrappola agenti microbici e corpi estranei sospingendoli poi all'esterno grazie a ciglia vibratili. Contemporaneamente il cerume impedisce la macerazione della sottile epidermide che riveste il condotto, poiché ne evita il contatto con l'acqua, grazie alla composizione lipidica idrorepellente. La funzione protettiva del condotto uditivo esterno può venire momentaneamente a mancare, innescando lo sviluppo di otite. Ciò accade frequentemente durante l'estate, a causa dei frequenti bagni in piscina o in mari inquinati. L'esposizione all'umidità innesca macerazione, infiammazione e gonfiore. L'inizio dell'otite esterna è quasi sempre caratterizzato da prurito, spesso intollerabile. Se l'infiammazione si estende al derma, sede di una ricca rete di plessi nervosi, il prurito si trasforma in netta sensazione dolorosa. Nei casi in cui all'infiammazione segue l'infezione, batterica, virale o micotica, l'otite evolve nella produzione di secrezioni purulente. In caso di infiammazione acuta e gonfiore si ha anche stenosi del condotto uditivo.

### **CAUSE E FATTORI PREDISPONENTI**

La pulizia del condotto uditivo con cotton-fioc è un'altra delle ragioni che stanno alla base dell'insorgere di otiti esterne; la rimozione meccanica del cerume può dar luogo a microlesioni involontarie e privare la sottile epidermide del condotto della sua naturale protezione. L'otite esterna è una patologia che risente molto delle condizioni climatiche, in particolare dell'aumento di calore e di umidità. La flora batterica che popola il condotto uditivo include miceti del genere *aspergillus* e *candida* e batteri quali lo *staphylococcus albus*, i quali coabitano allo stato saprofitico. In condizioni particolari (calore, umidità, traumi meccanici, uso di antibiotici locali o sistemici) queste specie fungine o batteriche sono spinte a moltiplicarsi. Crescendo sottraggono liquidi all'epitelio inducendo desquamazione e prurito. Nel caso di proliferazione micotica il sintomo predominante è la formazione di infiorescenze bianco-grigiastre sulle pareti del condotto, nel caso invece di sovrainfezione batterica la sintomatologia evolve in otorrea con sensazione di "orecchio pieno" e diminuzione della capacità uditiva. Se non vi è dubbio che, come abbiamo visto, la causa scatenante di questa tipologia di otite è di origine esterna, è anche vero che, anche in questo caso, l'alimentazione e lo stile di vita giocano un ruolo determinante. Tutto ciò che incide sulla mucosa intestinale (a partire dal depauperamento della flora microbica benefica) incide su tutte le mucose dell'organismo, inclusa quella del condotto uditivo esterno, rendendolo, nei soggetti predisposti, più sensibile ad infezioni ed infiammazioni. Pertanto l'abuso di farmaci (soprattutto antibiotici), l'alimentazione ricca di carboidrati raffinati, l'eccesso di proteine animali, il latte ed i latticini sono tutti fattori che incidono negativamente sulla capacità difensiva della mucosa del condotto uditivo esterno, a causa del loro effetto infiammatorio, da una parte, e negativo sulla flora batterica intestinale, dall'altro. Tutto ciò destabilizza il sistema immunitario, esponendo al rischio di infezioni che, come abbiamo visto, possono coinvolgere anche la mucosa dell'orecchio esterno.

**L'APPROCCIO PER L'OTITE ESTERNA** si basa su 4 aspetti fondamentali:

- 1. Agire direttamente sulla mucosa del condotto uditivo** e sulla membrana timpanica esterni con un'azione antibatterica e antimicotica naturale di provata efficacia nei confronti dei principali agenti eziologici che scatenano la patologia

2. **Agire per via sistemica con un prodotto in grado di contrastare la proliferazione microbica**, sia essa di natura batterica, virale o micotica e contemporaneamente rafforzare le naturali difese dell'organismo
3. **Seguire una dieta adeguata per migliorare l'immunità delle mucose**, correggere la disbiosi intestinale e contrastare la proliferazione di miceti del genere candida
4. **Adottare uno stile di vita volto ad alleviare ansie e stress**, per consentire all'organismo di auto rafforzarsi.