



# Gardênia Cavalcanti

■ site: <https://odia.ig.com.br/odiad/gardenia>

E-MAIL:  
gardeniaodia@gmail.com  
INSTAGRAM:  
@gardeniacavalcanti

## CORONAVÍRUS

# Paladar e olfato após a doença: como recuperar?

A pandemia do coronavírus trouxe muita tristeza e o país inteiro sofre com os impactos da doença e do isolamento social. Já são mais de 400 mil pessoas mortas por causa da doença. Muitos já contraíram ou conhecem alguém que já teve a covid-19. São vários os sintomas, como febre, tosse seca, cansaço e dificuldade para respirar, mas a perda do paladar ou do olfato são os sinais que mais demoram a passar.

Voltar a sentir o gosto dos alimentos, os aromas, aquele perfume preferido, o cheirinho das coisas, esse é o desejo de muitas pessoas que venceram a doença. Mas como podemos retomar esses sentidos com mais rapidez? Conversamos com o médico infectologista Edimilson Migowski, que deu dicas muito importantes para ajudar com o problema. O Dr. Migowski também está no ar comigo no programa 'Vem Com a Gente', na Band, todas as terças e quintas.

"Após ter o coronavírus a pessoa pode continuar com a perda de olfato e paladar. Esses sintomas podem demorar a passar, mas é possível ajudar a retomar esses sentidos. Eu indico estimular o organismo e tomar ômega 3, duas cápsulas por dia", explica Edimilson Migowski.



Edimilson Migowski, médico infectologista

dental, baunilha, vinho tinto, que são odores que as pessoas conhecem bem e são bem marcantes;

- Não testar em querosene, álcool ou outras substâncias que podem irritar as vias respiratórias;

- Para testar o paladar são utilizados os mesmos estímulos. A pessoa pode provar os mesmos, já que olfato e paladar "andam de mãos juntas".

### Confira as dicas do infectologista:

- Cheirar uma pequena porção de alguns produtos por 10 segundos, com intervalo de

15 segundos entre eles, duas vezes ao dia, por pelo menos 3 meses;

- Testar em substâncias como canela, cravo, suco de tangerina, creme

## QUEDA DE CABELO AUMENTA NO OUTONO

■ Estamos na estação do ano considerada a mais "íngrata" para a temida queda de cabelos. No verão são eliminados aproximadamente 70 fios por dia, mas nas épocas mais frias podemos perder entre 100 fios ou até mais.

■ "Isso acontece porque os cabelos possuem sensores para luminosidade e passam todo o verão beneficiados pela quantidade de luz solar. Já no outono-inverno temos dias mais brandos e naturalmente nos expomos menos ao sol, sobretudo, no momento atual devido à pandemia e ao confinamento. Aqueles fios que vinham sendo mantidos sob estímulo para crescer, passam agora para a fase de queda", explica Joana D'arc Diniz, dermatologista e tricologista.

## BELEZA DA ALMA

**Quem tem luz própria jamais ficará na escuridão.**

FOTOS REPRODUÇÃO

Perda do olfato e do paladar: consequências do coronavírus

