

Tratamento



- * Iniciar o tratamento logo que se detete a infestação;
- * Efetuar o tratamento com inseticidas na forma de champôs ou cremes de lavagem;
- * Após a primeira aplicação, repetir o tratamento dentro de uma ou duas semanas, para atingir parasitas que tenham aparecido entretanto;
- * Caso seja necessário, usar uma mistura de vinagre e água (deixar atuar dura 30 minutos) ao pentear os cabelos com um pente de dentes apertados;
- * Examinar o cabelo uma vez por semana, mesmo quando já não parece existirem mais piolhos;
- * Lavar muito bem todos os objetos e roupa em contacto com o cabelo;
- * O tratamento deve ser feito na mesma altura por todas as pessoas que tenham piolhos, para erradicar a infestação;
- * Seguir à risca as indicações do farmacêutico e contidas no folheto;
- * Evitar que os produtos contactem com olhos, boca ou nariz;
- * Lavar bem as mãos após cada aplicação;
- * Guardar os produtos longe do alcance das crianças.



Como evitar os piolhos



- Tome banho todos os dias, lavando bem a cabeça;
- Não use pente de outra pessoa;
- Não empreste chapéu, gorro, boné, travesseiro, almofada, lenço de cabeça, presilha de cabelo e outros objetos que ficam em contacto com a cabeça de outras pessoas;
- Não tenha contacto com pessoas que estejam com piolhos.

Qualquer pessoa pode apanhar piolhos. Os piolhos não são da culpa dos pais ou da escola, eles estão e sempre estiveram em todo em todo o lado. A melhor prevenção é fazer um controlo regularmente!



Saber Mais...

Reichlin, G. & Winkler, C. (2010). O guia de bolso dos pais. *Editorial Bizâncio*.
Em Maio... "O desenvolvimento psicossocial dos 0 aos 36 meses"



Cuidado com os piolhos!

"Como é possível um ser tão pequeno causar tanta dor de cabeça?"



Gabinete de Apoio Psicológico (GAP)

Projeto "O mundo das crianças"

Tel.: 231 416 085
Email: gap@cspo.pt

**C.S.P.O. – "Aurum" - 2003/2013 –
10 ANOS DE APOIO SOCIAL**

“Como é possível um ser tão pequeno causar tanta dor de cabeça?”

O que são os piolhos?

O piolho (pediculose) é uma doença parasitária muito comum que atinge, principalmente, as crianças em idade escolar e as mulheres. Os piolhos são parasitas hematófagos (alimentam-se do sangue humano) com seis patas e têm um aspeto oval, que na sua idade adulta atingem 2 a 3 mm de comprimento. Vivem sobre o couro cabeludo dos humanos, local onde beneficiam do calor e humidade.

Reproduzem-se por ovos, dando origem às lêndeas, que se fixam aos fios de cabelo, perto do couro cabeludo. Os ovos libertam ninfas que dão de novo lugar aos piolhos. Ou seja, o ciclo de vida dos piolhos passa por várias etapas que começam pelo ovo, depois por três formas de larva e ninfa, passando, por fim, ao estado de piolho adulto. Se não houver tratamento estes ciclos podem repetir-se a cada três semanas. Os piolhos podem sobreviver até três dias fora do hospedeiro humano. Os ovos não sobrevivem a temperaturas inferiores às existentes no couro cabeludo.

O contágio é muito fácil e rápido, devendo por isso tratar-se imediatamente.



Como são transmitidos os piolhos?

As crianças em idade pré-escolar e escolar são o grupo mais afetado pelo *Pediculus humanus capitis* (vulgo piolho da cabeça). O regresso às aulas, devido ao contacto mais próximo entre as crianças, é a altura do ano mais propícia ao contágio. Apanhar piolhos não está relacionado com falta de higiene. A pediculose afeta tanto cabeças limpas como pouco limpas, crianças pobres ou crianças de classe média e alta, cabelos curtos ou compridos. É essencial não ter vergonha de falar neste assunto e acima de tudo saber que piolhos não são sinónimo de falta de higiene. O melhor aliado dos piolhos é o silêncio que se faz à sua volta por, ainda hoje, ser considerado por muitos um assunto tabu.

Contacto direto

O contágio é feito mais frequentemente por contacto interpessoal próximo, ou seja, “cabeça-a-cabeça”. Os piolhos não voam, mas andam e poderão passar para a criança se esta encostar a cabeça a alguém que tenha piolhos.

Contacto indireto

A transmissão também pode ocorrer através da partilha de chapéus, escovas e outros objetos pessoais de pessoas contaminadas, contudo é menos provável. Uma vez que os piolhos sobrevivem por mais 2 dias fora da cabeça das pessoas, podem permanecer em objetos como por exemplo, sofás, lenços, bonés, chapéus, escovas, pentes, toalhas, almofadas, estofos do carros, entre



Quais são os sintomas da pediculose?

A comichão intensa e a irritação da pele da cabeça são os sinais clínicos mais preponderantes, que é mais evidente na região da nuca e atrás das orelhas. Infelizmente, quando a infestação é detetada, geralmente já dura há várias semanas.

Nas primeiras 2 a 4 semanas, ou num período ainda mais alargado, ocorre a primeira contaminação de piolhos na cabeça, mas quase sempre só se dá por isso, quando se começa a sentir comichão. Os piolhos sugam sangue e a comichão resulta de quantidades ínfimas de saliva que os piolhos ao sugar injetam no couro cabeludo. Ao coçar, a pele fica irritada, o que pode originar feridas que infetam. Este ciclo vicioso pode levar à infeção secundária por bactérias destas lesões, levando por vezes ao aparecimento de gânglios no pescoço. Muitas vezes, as crianças passam a noite inteira a coçar-se, dormem mal e vão para a escola muito sonolentas.

É frequente não se conseguir detetar os piolhos, mesmo havendo já contaminação, uma vez que estes não dão logo comichão, e movem-se com muita rapidez. Por isso o diagnóstico é feito muitas vezes através da existência dos seus ovos (lêndeas). Por vezes, é difícil distinguir outras situações que podem simular a pediculose, como a caspa, a seborreia ou produtos para o cabelo de uso comum, como o vulgar gel. Estes distinguem-se das lêndeas porque são fáceis de remover com as pontas dos dedos.

