

## Guerra ao piolho



## Eles andam por aí...

**Como é possível que um ser tão pequeno seja capaz de causar semelhante "dor de cabeça" a pais e professores?**

Tudo começa com uma comichão intensa no couro cabeludo das crianças. De facto, as crianças em idade escolar são o grupo mais afetado pelo *Pediculus humanus capitis* (vulgo piolho da cabeça). Estes parasitas, de cor castanho-acinzentado, medem cerca de 2,5 mm de comprimento. Eles fixam os seus ovos aos fios de cabelo, perto do couro cabeludo, por uma substância pegajosa, assumindo a forma vulgarmente conhecida como lêndea.



**E aconteceu ...** O regresso às aulas, devido ao contacto mais próximo entre as crianças, é a altura do ano mais propícia ao contágio. Este é feito mais frequentemente por contacto interpessoal próximo (cabeça-a-cabeça), mas também é comum a transmissão através da partilha de chapéus, escovas e outros objetos pessoais de pessoas contaminadas. O simples ato de pendurar a roupa (infetada) junto de outra no bengaleiro da escola é o suficiente para fazer proliferar esta 'praga' num estabelecimento de ensino e mesmo dentro das próprias famílias. E se pensa que este "mal" nunca vai acontecer ao seu filho porque higiene é coisa que não falta lá em casa, está enganado!

A pediculose afeta tanto cabeças limpas como pouco limpas, crianças pobres ou crianças de classe média e alta, cabelos curtos ou compridos. O piolho necessita de uma superfície com cabelo para sobreviver, sendo, fora do hospedeiro, viável apenas durante 48 horas e a lêndea durante 10 dias. Apesar de o cabelo curto ser menos convidativo para estes parasitas, ele não é, por si só, uma proteção segura contra estes minúsculos insetos.

### Então, o que fazer?



Em primeiro lugar, é essencial não ter vergonha de falar neste assunto e acima de tudo saber que piolhos não são sinónimo de falta de higiene. É muito importante avisar a escola se chegar à conclusão que o seu filho trouxe para casa uma série de novos "amiguinhos" pendurados no cabelo.



Por outro lado, os responsáveis pelo estabelecimento de ensino têm obrigação de comunicar aos pais se verificarem o aparecimento de um surto de pediculose. Só assim é possível cortar o mal pela raiz e pôr em prática o tratamento adequado.



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.



O piolho alimenta-se de sangue e por isso começa por morder a pele da cabeça. Esta mordedura não causa dor por si só, mas quando está a sugar o sangue, este inseto expele saliva, a qual tem características alergizantes. Isto causa inflamação da pele da cabeça e uma intensa comichão. Ao coçar-se, o indivíduo faz com que as fezes do piolho entrem nas feridas, o que aumenta ainda mais a inflamação e a comichão.



### Tratamento

No que diz respeito ao tratamento, existem vários inseticidas na forma de champôs ou cremes de lavagem que são bastante eficazes na eliminação de piolhos e lêndeas (consulte o seu farmacêutico). Uma vez que o período de incubação dos ovos do piolho varia de 6 a 10 dias, após a primeira aplicação, esses medicamentos devem ser aplicados novamente dentro de uma ou duas semanas para atingir os parasitas que tenham aparecido entretanto.



Como medida adjuvante, é importante usar uma solução de mistura de vinagre e água (deixar atuar durante meia hora) ao pentear os cabelos com um pente de dentes apertados. É que as lêndeas são muito difíceis de remover e o vinagre é usado para amolecer a substância que fixa firmemente as lêndeas aos fios de cabelos. Este procedimento deve ser repetido diariamente durante vários dias. Mesmo quando já não parecer existirem mais piolhos, é prudente examinar o cabelo uma vez por semana. Os pais devem saber que a comichão pode durar semanas após um tratamento bem sucedido.



As lêndeas são muito sensíveis ao calor e por isso as roupas de cama e de corpo devem ser lavadas com água bem quente e passadas a ferro a altas temperaturas. Chapéus, roupas e outros objetos que não possam ser tratados pelo calor, devem ser selados num saco de plástico durante quatro semanas; qualquer piolho que tenha eclodido durante este período morrerá de fome. O ambiente deve ser aspirado com aparelho a vácuo. Não é aconselhável o uso de inseticidas para o ambiente.



Todos os membros do agregado familiar devem ser tratados ao mesmo tempo para erradicar a infestação. Por vezes surgem dúvidas quanto à necessidade de tratar os animais domésticos. O tratamento é completamente desnecessário pois o piolho não se transmite aos animais.

**(Documento elaborado no âmbito do PES a partir do Portal Educare - Gabriela Marques Pereira, interna complementar de Pediatria)**

