

Prevenção e tratamento do piolho-da-cabeça

Detecção

- > A verificação com o pente é a melhor maneira de se saber se alguém tem piolhos.
- > Em primeiro lugar, desembarace o cabelo com um pente normal, dividindo o cabelo molhado (mas enxuto com uma toalha) em várias partes. Coloque uma toalha branca sobre os ombros ou envolva o seu filho num lençol. Depois, se tiver um pente metálico fino apropriado comece a pentear o cabelo da raiz até às pontas, mantendo os dentes do pente em contacto com o couro cabeludo. Penteie uma parte do cabelo de cada vez. Veja bem se o pente apresenta algum vestígio de piolhos. Limpá-lo num lenço de papel pode ajudar à verificação. Repita o processo em toda a cabeça.

Lá em casa...

Se encontrar algum piolho, deve mudar de imediato os lençóis e as roupas de cama. Também deve lavar outros utensílios (bonês, almofadas...) e brinquedos usados pela criança. Tudo o que puder ser lavável deve sê-lo à temperatura mínima de 60°C, e de preferência a 90°C, senão os pequenos "monstros" não morrem.

**E lembre-se...**

A remoção de lêndeas e dos piolhos com um bom pente metálico fino apropriado para remover lêndeas é sempre uma parte muito importante do tratamento, pois embora os champôs matem os piolhos não são cem por cento eficazes e não conseguem matar as lêndeas!

A melhor prevenção é fazer um controlo regular!

Cuidados com o cabelo

- > Manter limpo e lavado .
- > Lavar o cabelo diariamente não faz com que o cabelo ou as suas raízes se estraguem.
- > Escovar todos os dias para ter um aspecto saudável.
- > Cortar periodicamente.

**Evolução dos piolhos...**

Os piolhos multiplicam-se com rapidez. A fêmea põe cerca de quatro ovos (lêndeas) por dia. Os piolhos demoram de seis a nove dias a nascer. Chegam à idade adulta em sete dias.

O que são lêndeas...

- > As lêndeas são esbranquiçadas e encontram-se bem presas aos fios de cabelo.
- > Só se conseguem tirar do cabelo com um pente fininho apropriado. Ou, então, prendendo-as no meio de duas unhas e puxando-as até ao fim do cabelo.
- > Quando estão vivas fazem um estalido seco ao serem esmagadas com as unhas.

**O que são piolhos...**

Os piolhos são uns bichinhos minúsculos e irritantes. São parasitas exclusivos dos seres humanos e não têm asas, nem saltam.

Estes insectos não têm cor bem definida. Os piolhos reproduzem-se entre seis a nove dias e vivem um mês. Têm seis patas para se segurarem ao cabelo.

Alimentam-se de sangue mas não são perigosos para a saúde humana. Provocam muita comichão.

São rápidos e passam de cabeça para cabeça com muita facilidade, seja em contacto directo, seja através de escovas, chapéus, almofadas e outros utensílios.

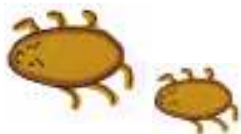


Sinais

- > Em casa, os pais podem ser os primeiros a notar. O primeiro sintoma é uma intensa comichão na cabeça, principalmente na nuca e atrás das orelhas.
- > Mesmo que o seu filho não tenha comichão, deve ficar vigilante se receber a informação que no jardim-de-infância apareceu algum piolho num dos colegas da sala.

Prevenção

- > Só através de um exame completo e repetido de todo o cabelo é que se pode ter a certeza que não houve contágio.
- > Quando se conhece a existência de um caso, devem ser examinadas todas as crianças e adultos (principalmente se coçam na cabeça) que estão ou estiveram no mesmo ambiente da criança que apanhou o piolho nas últimas duas semanas.
- > Nesse período mais “perigoso” as meninas devem apanhar o cabelo, se for comprido.
- > Se não encontrou nenhum piolho no cabelo do seu filho, não deve fazer nenhum tratamento preventivo, com base em champôs.



Transmissão

- > A transmissão acontece por contacto directo da cabeça das crianças ou de outras pessoas e também, menos frequentemente, através de utensílios como o pente, boné, travesseiro, lenço da cabeça, almofada, cobertor...
- > Um piolho não salta, não morre na cama e pode visitar vários cabelos num só dia. Ninguém deve ficar acanhado com esta situação. No caso de encontrar um destes “bichinhos”, deve comunicar à educadora ou auxiliar da sala para serem tomadas as devidas precauções.
- > O piolho pode aparecer em qualquer criança e não tem a ver com falta de higiene, pois ele até prefere as cabeças e os cabelos mais limpos.



Tratamento (champô + pente fino)

- > Se detectou um piolho, adquira um champô apropriado numa farmácia e leia atentamente as instruções da embalagem. De preferência, compre um champô com pente metálico fino incluído (no caso de não ter em casa um pente especial para este efeito).
- > Um tratamento à base de champô para piolhos ajuda a eliminá-los mas não é 100% eficaz. É indispensável usar o pente como auxiliar do tratamento.
- > Todas as lêndeas (ovos) têm de ser removidas; só assim estará garantido um tratamento completo.
- > Para eliminar piolhos e lêndeas, deve passar o pente apropriado por todo o cabelo depois de molhado com amaciador (enxuto só com a toalha). A criança deve estar enrolada num lençol branco (indispensável), evitando-se que possam cair na roupa ou na zona em seu redor. A operação deve ser feita à luz natural. Numa menina com cabelos compridos, a operação de pentear “fio-a-fio” pode demorar cerca de 1h a 1H30, nos rapazes este trabalho leva cerca de 30 minutos.
- > Depois da primeira operação, deve-se repetir passando o pente fino e catando após o banho, durante um período de dez dias, para se controlar algum que possa nascer. Assim, irão caindo os “sobreviventes” que, entretanto, saiam de algum ovo (lêndea) que não tenha sido removida.

Remoção das lêndeas (método caseiro com vinagre)

Se não quiser utilizar o método do pente fino para remover as lêndeas, pode-se usar o método do algodão molhado em vinagre. Para isso:

- > Molhe um pedaço de algodão em vinagre diluído (na proporção de metade vinagre metade água);
- > Seleccione 3 ou 4 fios de cabelo que estejam com lêndeas;
- > Com a ajuda do algodão embebido em vinagre diluído envolva os fios de cabelo (3 ou 4 no máximo) pressionando-os entre os dedos;
- > Puxe lentamente no sentido da base do cabelo para a ponta e com a outra mão segure a base do cabelo para não magoar;
- > Troque sempre que necessário o algodão, deitando-o dentro de um recipiente com vinagre diluído em água para matar as lêndeas.

