



Piolhos

O que são os piolhos?

Os piolhos são insetos parasitas, sem asas, que precisam de um hospedeiro como o ser humano para completar o ciclo de vida.

Qual o nome que se dá à infestação por piolhos?

A infestação de humanos por piolhos é uma condição muito frequente, denominada pediculose.

Pode haver infestação de piolhos em diferentes locais do corpo?

Sim. O piolho pode alojar-se em diversos locais tais como:

- couro cabeludo
- corpo
- pestanas
- região púbica

Onde se dá a infestação mais frequentemente?

Na cabeça.

Os piolhos voam de cabeça em cabeça?

Não. Os piolhos não têm asas, por isso, o piolho não voa. A infestação resulta do contacto próximo entre cabelos ou através da partilha de objetos infetados, como gorros, bonés, almofadas ou escovas.

Quem pode ser afetado por uma pediculose?

Este problema afeta principalmente crianças em idade escolar, mas pode atingir qualquer pessoa.

Como sei que tenho piolhos?

O aparecimento de piolhos manifesta-se por comichão na cabeça. Ao picarem o couro cabeludo para se alimentarem, injetam uma espécie de saliva, que provoca o prurido (comichão). Os piolhos são também visíveis,

quase sempre na nuca e atrás das orelhas, visto que as condições de temperatura e humidade nessas zonas lhe são favoráveis.

Como se desenvolve a infestação?

A infestação dá-se por contacto direto com cabelo infetado ou pela utilização de pentes, chapéus ou outros adereços do cabelo de alguém infetado. Um piolho deposita 8 a 12 ovos por dia – são as conhecidas lêndeas. Ao fim de 7 a 10 dias nascem novos piolhos, que ao fim de cerca de 3 semanas atingem a idade adulta e podem então depositar mais ovos. O piolho vive em média 30 dias, mas sobrevive menos de 24h fora do hospedeiro.

A transmissão ocorre pela partilha de objetos?

Sim. A infestação por piolhos pode ocorrer através da partilha de objetos de uso pessoal, como pentes, chapéus, almofadas e adereços do cabelo.

Piolho e lêndea são a mesma coisa?

As lêndeas são os ovos dos piolhos, que podem ser vistos como minúsculas bolas que se agarram, com firmeza, à base dos eixos capilares. As lêndeas crescem com o cabelo e, desta forma, podem ser encontradas a alguma distância do couro cabeludo, dependendo do tempo de duração da infestação.

É possível prevenir uma infestação por piolhos?

Não. A melhor forma de prevenir é estar atento e evitar o contacto direto com cabelos infestados. Para além disso, é importante ensinar as crianças que não devem usar pentes ou chapéus de outros, nem a emprestar-lhes os seus. Como vigilância, pode optar por passar um pente fino semanalmente, de preferência à sexta-feira para fazer o tratamento durante o fim de semana.

Os piolhos preferem cabelos com falta de higiene?

Não. Os piolhos aderem melhor aos cabelos limpos, sem gordura ou resíduos. No entanto, a falta de higiene no cabelo pode, depois, favorecer o aparecimento de infeções mais graves. Lavar e pentear o cabelo permite expulsar alguns parasitas do couro cabeludo.

Os cabelos compridos são mais propícios aos piolhos?

Sim. Os cabelos compridos são também maiores transmissores de piolhos,

uma vez que o cabelo longo facilita o contacto com outras cabeças.

Quais os tratamentos possíveis para acabar com os piolhos?

O tratamento mais eficaz é a aplicação de antiparasitários específicos sob a forma de champô, solução, gel, creme ou loção. Os tratamentos com produtos caseiros geralmente não são eficazes. O tratamento mais eficaz consiste na aplicação de antiparasitários sob a forma de champô, solução, gel, creme ou loção.

Quais são as recomendações gerais?

Para evitar a infestação de piolhos deve:

- seguir as instruções de aplicação dos produtos
- repetir o tratamento pelo menos 1 vez após 8 dias
- depois do tratamento, pentear o cabelo ainda húmido com pente apropriado
- realizar uma lavagem cuidadosa ou substituir o vestuário e roupa de cama afetadas. As peças que não puderem ser lavadas podem ser colocadas em sacos plásticos hermeticamente fechados por duas semanas para matar os piolhos

Não se recomendam tratamentos preventivos.

Onde posso comprar os antiparasitários?

Nas farmácias encontra este tratamento sem necessitar receita médica. Aconselhe-se com o seu farmacêutico para um uso correto do produto e consequente eficácia. Deve respeitar as instruções, nomeadamente quanto à duração do tratamento e ao intervalo de tempo entre aplicações. Isto porque é recomendado repetir o tratamento 7 ou 10 dias depois, pois é o tempo que uma lêndea demora a nascer. A 1.^a aplicação mata sobretudo piolhos adultos e jovens. Já a 2.^a aplicação mata os piolhos que, entretanto, saíram das lêndeas. Convém lembrar que o uso deste tratamento em excesso é prejudicial, e estes produtos são apenas para tratar e não para prevenir. Fonte: [SNS 24](https://www.sns24.gov.pt)