

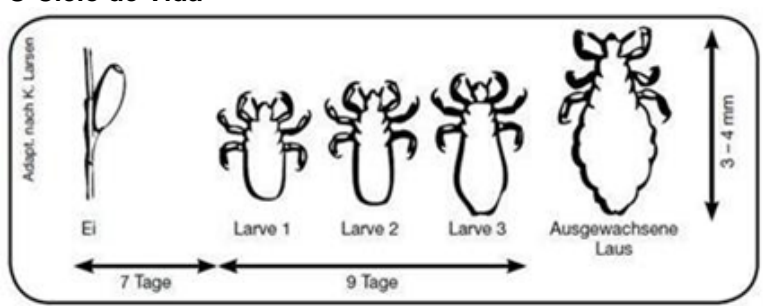
## O piolho (Portugiesisch)

O piolho é um inseto sem asas (*Pediculus humanus capitis*), com uma tromba sugadora e três pares de patas. As extremidades das patas têm a forma de garras. Estas garras permitem ao piolho segurar-se e movimentar-se no cabelo. Os piolhos movimentam-se no cabelo, mas não podem saltar, voar ou nadar. Os piolhos adultos têm cerca de 2.5 - 3.5 mm de comprimento. A carapaça do piolho pode ser transparente, branca-acinzentada ou acastanhada. A cor adapta-se à cor da pele e do cabelo. Depois de ter sugado o sangue, o piolho fica avermelhado, os órgãos digestivos repletos de sangue são refletidos através da carapaça.. O piolho da cabeça aparece só no cabelo humano. Os locais preferidos são a parte traseira da cabeça, a nuca, atrás das orelhas e as fontes. Os piolhos sugam sangue novo entre 2- 4 horas, para isso arralham a pele da cabeça e sugam o sangue através dessas aberturas. Ao mesmo tempo espalham uma toxina, que provoca comichão e dificulta a coagulação. Um piolho macho dura cerca de 15 dias, as fêmeas duram entre 30-40 dias. A temperatura ideal para sobreviverem é entre 28-32 graus. Sem as refeições de sangue, um piolho só consegue sobreviver no máximo três dias.



Os piolhos são um problema mundial que encontramos em todas as zonas geográficas e em todas as camadas sociais. O número de piolhos aumentou nos últimos anos devido à nossa maneira de viver: aumento da mobilidade, aumento das viagens e da migração. Entre nós, a época alta dos piolhos é depois das férias da escola. 60% das pessoas contaminadas são crianças com idade entre os 5 e os 11 anos. A contaminação por piolhos não significa falta de higiene, até crianças que lavam o cabelo diariamente podem ser contaminadas.

### O Ciclo de Vida



### Lêndeas

As lêndeas são os ovos do piolho. Um piolho põe por dia entre 3 - 8 ovos, um total de cerca de 100 - 300 ovos durante a sua vida, de preferência junto à raiz do cabelo. As lêndeas têm forma oval e medem entre 0.4 - 1 mm. São de cor clara, parecem caspa, mas não saem do cabelo.



### Transmissão

A transmissão ocorre, em primeira linha, através do contacto direto de cabeça a cabeça, de pessoa para pessoa. Os piolhos também podem ser transmitidos de forma indireta através de objetos como pentes, escovas, gorros, capacetes de bicicleta e fitas para a cabeça. Os animais domésticos não transmitem os piolhos de cabeça.

### Sintomas

- Muitas vezes comichão (não necessariamente) devido aos secretos (saliva) e excreções dos piolhos. As zonas mais atingidas são a nuca, a parte traseira da cabeça e atrás das orelhas.
- Pele avermelhada e irritada na nuca (picadas), provocada através do coçar constante.
- Raramente inchaços linfáticos.

### Procedimento para encontrar piolhos, ovos/lêndeas

1. Examine o seu filho a boa luz.
2. Antes de examinar o cabelo, não mexer na cabeça, limite-se a observar bem para ver se descobre alguns piolhos. Os piolhos escondem-se, assim que se mexe no cabelo.
3. Depois de lavar o cabelo pôr uma grande quantidade de amaciador. Pentear o cabelo, sistematicamente, madeixa por madeixa, com um pente apropriado.
4. Depois de cada madeixa, passar o pente por um papel de cozinha branco.
5. **As lêndeas têm de ser retiradas à mão (entre as unhas), porque colam tenazmente ao cabelo. Uma lupa facilita a procura de piolhos/lêndeas.**
6. O amaciador só deve ser retirado do cabelo no fim deste procedimento.
7. Procurar sempre por toda a cabeça.

### Esquema para o tratamento

Quando	O quê
1º dia	<b>A:</b> No caso de se ter encontrado piolhos e/ou ovos/lêndeas, tratar com um produto para o tratamento de piolhos, retirar todos os piolhos com um pente e retirar as lêndeas à mão. <b>B:</b> Caso não tenha encontrado piolhos ou lêndeas, não é necessário tomar medidas imediatas.
3º dia	<b>A:</b> Pentear (caso ainda encontre piolhos, controlar novamente com o pente) e retirar as lêndeas à mão.
7º dia	<b>A:</b> Segundo tratamento com um produto para o tratamento de piolhos e seguir as instruções do 1º dia. <b>B:</b> Controle com um pente apropriado.
10º dia	<b>A+B:</b> Controle com um pente apropriado.
14º dia	<ul style="list-style-type: none"><li>• Caso continue a encontrar piolhos (ou encontre pela primeira vez): recomeçar o tratamento no 1º dia, seguindo o esquema A «tratamento com um produto para piolhos; retirá-los com um pente apropriado».</li><li>• Caso não encontre piolhos ou lêndeas terminou o tratamento.</li></ul>
21º dia	Devido à possibilidades de uma nova contaminação, dever-se-á fazer o controle com um pente (1x por semana) durante mais duas semanas.
28º dia	Devido à possibilidades de uma nova contaminação, dever-se-á fazer o controle com um pente (1x por semana) durante mais duas semanas.

**Se num controle posterior a criança continuar a ter piolhos e lêndeas, a pessoa responsável pelo combate aos piolhos, de acordo com o médico da escola, pode ordenar a dispensa da criança das aulas. A dispensa das aulas dura o tempo necessário até a criança deixar de ter piolhos e lêndeas.**

### Importante

- No caso de contaminação informe rapidamente os meios mais chegados: escola, creche, amigos, etc. para evitar uma propagação da contaminação.
- Compre na farmácia ou na drogaria um produto para o tratamento dos piolhos (por exemplo: Rausch, Laus-Stop, Lies-Ex, Hedrin, Pedicul, Hermal). Siga rigorosamente as instruções do produto. Produtos químicos contém inseticida e devem ser utilizados com cuidado. Também se pode desenvolver uma resistência ao produto, o que significa que os piolhos não morrem.
- Fazer o controle de piolhos e lêndeas 1x por semana a todos os membros da família, inclusive as crianças de que toma conta.
- Lavar e colocar durante 15 min. em água quente com detergente os pentes, as escovas e outros utensílios para o cabelo.
- Objetos laváveis, que tenham estado em contacto com o cabelo contaminado, devem ser lavados a 40 - 60° ou não serem utilizados durante 7 dias, guardando-os num saco de plástico bem fechado (principalmente bonecos de peluche e almofadas).
- Lavar roupa, sofás e roupa da cama no 1º dia do tratamento e 7 dias mais tarde. O mais tardar ao fim de 14 dias.
- O cabelo comprido deve ser apanhado para minimizar o contacto direto com outros cabelos.
- Não trocar com outros os capacetes de bicicleta, gorros, chapéus, lenços, utensílios para o cabelo e escovas.