

SERVIÇOS DE SAÚDE ESCOLAR

**Dr. Volker Dieudonné**

Pediatra e Pedopsiquiatra

## Informação sobre saúde escolar - piolhos da cabeça -

### 1) Como se apanham piolhos?

Apanhar piolhos não tem nada a ver com falta de higiene. Todas as pessoas podem apanhar piolhos – mesmo tendo os maiores cuidados de higiene e lavando a cabeça diariamente!

A causa da contaminação ocorre principalmente no contacto interpessoal, ou seja, de “cabeça-a-cabeça”, e ocorre sobretudo em instituições com crianças e jovens. A transmissão pode alargar-se quando há falta de cooperação ou quando o tratamento aplicado foi insuficiente. Os piolhos escalam e não saltam, nem se deslocam muito para além do seu campo de alimento.

A transmissão de piolhos da cabeça através de objetos (peluches, cascóis etc.) é bastante improvável.

Os animais domésticos não são transmissores de piolhos da cabeça.

### 2) Como se verifica a existência de piolhos da cabeça?

Nas primeiras 2 a 4 semanas ou num período ainda mais longo ocorre a primeira contaminação de piolhos da 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. Pelo coçar, a pele fica irritada, o que pode originar feridas que infetam.

É frequente não se conseguir detetar os piolhos, mesmo havendo já contaminação. É mais fácil encontrarem-se os ovos dos piolhos, as lêndeas. São parasitas que se parecem com pingos, medem cerca de 0,8 mm e ficam presos aos cabelos. As lêndeas escuras ainda contêm larvas, ao contrário das claras que já são ovos vazios.

Deve examinar-se em especial as fontes, à volta das orelhas e a nuca. As larvas na fase inicial são minúsculas (do tamanho de um ponto final de tamanho 12) e transparentes, podendo passar despercebidas até aos mais experientes em detetar piolhos.

**A existência de larvas, piolhos ou ovos a uma distância inferior a 1 cm do couro cabeludo constitui uma situação (contaminação de piolhos) que**

carece de tratamento. Estando-se perante um caso em que ainda não houve nenhum tratamento e se encontre ovos a mais de 1 cm do couro cabeludo, tal deve ser visto como um sinal de contaminação de piolhos que também carece de tratamento.

### 3) Breve Informação sobre a constituição do piolho da cabeça

#### Qual a aparência dos piolhos e como vivem?

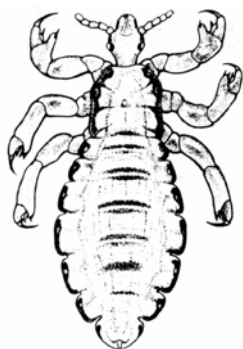
Os piolhos são insetos de 3 mm. Num primeiro exame à cabeça, a quantidade de piolhos adultos em fuga é frequentemente inferior a 10. São insetos que se deslocam muito rapidamente e podem passar despercebidos, mesmo num exame minucioso. O **ciclo de vida** dos piolhos passa por várias etapas que começa pelo ovo, depois por três formas de larva e de ninfa (com tamanhos de 0,8 a 2,1 mm) e por fim ao estado de piolho adulto (Imago).

Os piolhos possuem três pares de pernas que servem para se agarrarem aos cabelos e se movimentarem, e também têm boca para picar e sugar. Alimentam-se do sangue que sugam várias vezes ao dia e sem alimento não sobrevivem mais de três dias.

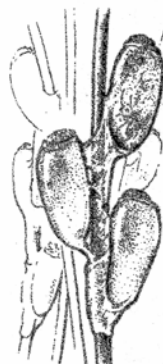
Imagens recolhidas da Direção dos Serv de Saúde de Wiesbaden:



uma cabeça com lêndeas



um piolho da cabeça



lêndeas em fios de cabelo

As lêndeas que estão a uma distância do couro cabeludo superior a 1 cm, geralmente estão vazias, não representando perigo de transmissão. Quanto mais distanciadas estiverem do couro cabeludo, tanto maior é até então a durabilidade da contaminação. As lêndeas ficam agarradas e coladas aos fios de cabelo e quando a contaminação é de grau elevado, parecem pérolas enfiadas num fio. Não se conseguem remover as lêndeas como se faz com a caspa.

Durante a primeira semana, as larvas não conseguem sair da cabeça do hospedeiro e levam 9 a 11 dias para se desenvolverem em piolhos. Depois acasalam novamente e o ciclo repete-se ao fim de cerca de 3 semanas.

#### 4) Legislação destinada a instituições comunitárias (tais como escolas, jardins de infância, ...)

Os pais têm o dever, segundo legislação alemã sobre contágios (§ 34.5), de comunicar à instituição que é frequentada pelos filhos casos de contaminação de piolhos. Para que numa instituição se possa combater eficazmente um surto de contágio é fundamental que casos de contaminação de piolhos sejam detetados, sujeitos a tratamento e a respetiva instituição informada o mais rapidamente possível. Quem opta pelo silêncio, contribui involuntariamente para a propagação da contaminação e acaba por prejudicar a própria criança afetada.

Pelas razões acima expostas é legítimo que se tenha de dar conhecimento aos pais das crianças que frequentam o mesmo grupo ou turma da criança afetada (§ 34 alínea 5 do decreto lei alemão sobre contágios). Isto aplica-se também às situações de contaminação que já tenham sido submetidas a tratamento!

Depois de informada a instituição é responsabilidade sua informar devidamente os pais dos respetivos grupos ou turma, sem mencionar nomes, obviamente, de modo a que os pais, se possível ainda no mesmo dia, possam examinar as cabeças dos filhos e agir em conformidade, se for o caso.

**Se a contaminação for detetada na escola, os encarregados de educação são notificados para irem buscar a criança quanto antes, a fim de se lhe aplicar o tratamento. Enquanto espera, a criança pode permanecer no grupo, desde que se exclua a possibilidade do contacto cabeça-a-cabeça. Tratando-se de crianças mais pequenas dever-se-á tomar medidas adequadas por forma a não permitir o contacto de cabeça-a-cabeça e nos casos em que existe alto risco de transmissão, as crianças terão de permanecer na enfermaria até que as venham buscar.**

Depois de se ter aplicado corretamente um produto anti piolhos e de se ter passado a pente fino (pente para piolhos) o cabelo humedecido com água e condicionador de cabelo, a possibilidade de propagação torna-se pouco provável, ainda que restem alguns ovos férteis.

**O regresso à escola ou outras instituições frequentadas por crianças e adolescentes pode realizar-se logo após a aplicação do primeiro tratamento, sob condição de compromisso por parte dos pais sobre o prosseguimento do tratamento complementar nos dias que se seguem!**

**Aquando do regresso da criança à escola etc., têm os Pais de confirmar por escrito, mediante o formulário em anexo, que o tratamento foi realizado. O dito formulário deve ser entregue ao responsável do grupo/da turma. Não será necessário apresentar um atestado médico para comprovar a eficácia do tratamento.**

**O responsável do grupo/da turma deve então remeter o formulário assinado à Enfermaria.** Na Sala de Professores do Liceu existe um cacifo da Enfermaria que pode ser usado para o efeito. Nos casos da Primária e do Jardim de Infância a entrega pode ser feita através dos respetivos Secretariados.

O pessoal da Enfermaria pode ser consultado pelos pais para garantir a eficácia do tratamento. Note-se, porém, que em situações de surto, tal apenas se aplica a quem já procedeu a um tratamento correto com uso de um pente para piolhos para remoção eficaz das lêndeas.

## 5) Uso de medicamentos – tratamento a realizar pelos pais

Atualmente entende-se como tratamento eficaz a combinação dos princípios ativos mecânicos, químicos e físicos.

No dia do diagnóstico (1º dia) deverá aplicar-se um inseticida adequado. A listagem atualizada de produtos oficialmente analisados e aprovados pode ser consultada na página da internet no seguinte *link* do Instituto Robert Koch: [http://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/K/Kopflaus/Liste\\_Entwesung.html](http://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/K/Kopflaus/Liste_Entwesung.html).

A Enfermaria da Escola também pode aconselhar sobre este assunto.

Os medicamentos obtêm-se nas farmácias sem receita médica. As instruções de uso devem ser lidas com atenção ponto por ponto.

Uma vez que até ao 7º e 8º dia ainda há larvas e ao 11º dia as fêmeas ainda podem pôr ovos novos, é absolutamente necessário que se repita o tratamento ao 9º ou ao 10º dia! A título de reforço recomenda-se que o cabelo seja penteado várias vezes ao dia e sempre molhado.

A melhor medida de prevenção passa por examinar-se as cabeças em espaços regulares, de semana a semana ou de duas em duas semanas, a fim de se poder

detetar o problema de início e evitar que outras pessoas sejam afetadas. Pentear o cabelo molhado é um processo mais demorado do que se estiver seco, mas os resultados são melhores.

**Um tratamento eficaz segue os seguintes passos, devendo observar-se rigorosamente os tempos indicados:**

Ao 1º dia:	fazer o tratamento com inseticida e pentear os cabelos molhados com pente para piolhos
Ao 5º dia:	pentear os cabelos molhados
Ao 9º dia:	fazer o tratamento com inseticida e pentear os cabelos molhados
Ao 13º dia:	a título de controlo, pentear os cabelos molhados
Ao 17º dia:	repetir o controlo, penteando os cabelos molhados

**Como se deve pentear os cabelos:**

Aplicar uma boa quantidade de amaciador nos cabelos molhados e anteriormente lavados com champoo. De seguida, com um pente vulgar, pentear o cabelo e dividi-lo com risca ao meio; depois, usando uma boa iluminação, pentear os cabelos madeixa-a-madeixa com um pente para piolhos, até que o pente deixe de trazer amaciador. Deve pressionar-se um pouco a ponta dos dentes do pente no couro cabeludo e depois passar-se o amaciador que ficou no pente para papel de cozinha e observar-se se trazia piolhos.



um pente para piolhos

**Alguns erros no tratamento** que podem favorecer a sobrevivência dos ovos, das larvas ou dos piolhos são a aplicação do produto em quantidade insuficiente, um tempo de atuação demasiado curto, a incorreta distribuição do produto, o uso de um produto demasiadamente diluído em cabelos demasiadamente molhados ou a falta de repetição do tratamento.

Se continuar a encontrar lêndeas nos cabelos, tal não significa que o tratamento tenha sido ineficaz. **Os ovos que se encontram a menos de 1 cm do couro cabeludo são portadores de larvas prontas a sair, devendo-se tentar soltá-los dos fios de cabelo e retirá-los com o pente; nesse caso, também deve proceder a um segundo tratamento.** As lêndeas que estão a mais de 1 cm do couro cabeludo estão vazias, mas não deixam de representar um problema que requer tratamento com produto farmacêutico.

O aparecimento de larvas depois da primeira lavagem de cabeça com um produto farmacêutico não põe em causa a eficácia do tratamento, revela contudo a necessidade de continuar a pentear os cabelos molhados e de repetir o tratamento com produto farmacêutico contra piolhos, 8 a 10 dias após o primeiro tratamento.

Mesmo que depois de um ou dois tratamentos se continuem a encontrar piolhos adultos, tal não significa obrigatoriamente que o tratamento não tenha produzido efeito. Pode tratar-se de um novo contágio por parte de membros da família ou de crianças do mesmo grupo ou da mesma turma ou por parte de amigos. Se assim for, não houve falhas no tratamento individual, mas sim nas práticas de irradicação de uma contaminação de piolhos em grupo.

## 6) Medidas auxiliares em caso de contaminação de piolhos da cabeça

**Todos os membros da família deverão ser examinados e as pessoas do seu convívio pessoal informadas!**

Quando se descobre a presença de piolhos, é muito frequente que já tenha havido propagação na família ou nos grupos do qual o contaminado faz parte, tal como jardim-de-infância, turma da escola, clube desportivo ou grupo de amigos. Mesmo que se proceda a um tratamento bastante rigoroso da primeira cabeça contaminada, não se resolve a situação se não houver um rápido rastreio a todos os membros da família e a todas as pessoas com as quais tenha havido um contacto de cabeça-a-cabeça nas semanas antecedentes.

Em termos de prioridade entende-se que se proceda rapidamente ao tratamento da cabeça contaminada e ao rastreio dos membros da respetiva família e amigos. Só depois se deverá prosseguir com os seguintes passos:

- Lavar pentes e escovas de cabelo em água quente com sabão.
- Proceder à mudança de vestuário, toalhas, eventualmente pijamas e roupas de cama.

- Guardar em sacos de plástico fechados durante três dias bonés, cascóis, peluches etc..
- Não são necessárias limpezas de maior amplitude ou desinfestações.

Se tiver alguma dúvida, não hesite em solicitar esclarecimento. Estamos ao vosso inteiro dispor.

Volker Dieudonné

#### **Anexos:**

- Breve resumo sobre regras a aplicar em caso de contaminação de piolhos
- Formulário de regresso – a preencher pelos Encarregados de Educação com informações sobre o processo de tratamento anti piolhos
- Informações para Pais de crianças/alunos de uma turma/de um grupo com casos de piolhos

### Breve resumo sobre regras a aplicar em caso de contaminação de piolhos

- Logo que seja diagnosticado um caso de piolhos na família, dever-se-á aplicar o tratamento com um produto adequado. Se for necessário, a enfermeira pode aconselhar.
- Se a situação for detetada na Escola, devem os respetivos pais ir buscar os filhos à Escola dentro de pouco tempo para poderem proceder ao tratamento. Sendo possível excluir a possibilidade do contacto cabeça-a-cabeça, a criança pode regressar ao grupo. Tratando-se de crianças mais pequenas, deverão tomar-se medidas para impedir o contacto. Quando o risco de contágio é elevado, a respetiva criança terá de aguardar na enfermaria.
- Após o primeiro tratamento com um inseticida adequado, as crianças podem regressar à Escola, devendo os respetivos Pais entregar o formulário em anexo, devidamente assinado, ao responsável do grupo ou da turma do seu educando. Estes, por sua vez, depois de tomarem conhecimento da situação, devem depositar o dito formulário no cacifo da enfermaria na Sala de Professores do Liceu. Na Primária e no Jardim de Infância a entrega pode efetuar-se através do Secretariado da Primária.
- Os Pais comprometem-se a efetuar os tratamentos complementares, bem como a controlar a eficácia dos mesmos. Em caso de dúvida, podem solicitar a ajuda da enfermeira da Escola. Tratando-se, porém, de casos difíceis, em que não foi possível eliminar as lêndeas com o pente para piolhos de forma eficaz, compreenda-se que não pode ser tarefa da enfermeira realizar tratamentos demorados.
- Os Encarregados de Educação dos Educandos em cujo grupo foram detetados casos de piolhos devem ser informados por carta (em anexo – Informações para Encarregados de Educação com Educandos em grupo/turma com piolhos da cabeça)
- Informações mais detalhadas sobre piolhos e sobre o tratamento em caso de aparecimento de piolhos estão disponíveis na homepage da Escola, página da Enfermaria, documento das Informações da saúde escolar sobre piolhos da cabeça.



**Informação dos Pais após o primeiro tratamento  
contra piolhos  
a entregar à direção de turma / responsável de grupo  
no regresso da criança / do aluno à Escola**

Venho por este meio confirmar que foi aplicado ao meu educando

....., da turma / do grupo do Jardim de Infância

....., de .....

(diretor(a) de turma/responsável do grupo) o primeiro tratamento com um produto anti piolhos (inseticida, champoo) no dia .....

Comprometo-me a cumprir com as instruções abaixo descritas, nomeadamente a prosseguir com os tratamentos e fazer as sessões de controlo.

Data \_\_\_\_\_

Assinatura \_\_\_\_\_



**Tratamento anti piolhos (Os períodos têm de ser respeitados):**

- |             |  |
|-------------|--|
| Ao 1º dia:  | fazer o tratamento com inseticida e pentear os cabelos molhados com pente para piolhos |
| Ao 5º dia:  | pentear os cabelos molhados  |
| Ao 9º dia:  | fazer o tratamento com inseticida e pentear os cabelos molhados                        |
| Ao 13º dia: | a título de controlo, pentear os cabelos molhados                                      |
| Ao 17º dia: | repetir o controlo, penteando os cabelos molhados                                      |

## **Informações para Pais de crianças/alunos de uma turma/de um grupo com aparecimento de piolhos**

Estimados Encarregados de Educação

Vimos por este meio informar que no grupo/ na turma do vosso educando foram detetados casos de crianças com piolhos.

Para solucionar este problema com sucesso, é deveras importante que todos os envolvidos tenham vontade de colaborar.

O aparecimento de piolhos não tem nada a ver com higiene. Pode acontecer a qualquer um – mesmo aos mais cuidadosos que lavam a cabeça diariamente!

É uma situação que tem mais a ver com o contacto interpessoal, principalmente o contacto “cabeça-a-cabeça”, e que acontece sobretudo em instituições comunitárias de crianças e adolescentes. O que pode favorecer um surto de piolhos são a falta de colaboração e o cuidado insuficiente nos tratamentos.

Quando o tratamento é bem feito, torna-se praticamente impossível contagiar outras crianças. O mais importante é detetar o problema e aplicar rapidamente o tratamento com um produto próprio para o efeito.

Pedimos, assim, que examinem regularmente a cabeça dos vossos educandos e que nos informem sobre qualquer caso de piolhos detetado.

Para informações mais detalhadas sobre piolhos e o tratamento contra piolhos poderão consultar a Informação sobre saúde escolar – casos de piolhos, na página da Enfermaria da homepage da Escola.

A enfermaria da Escola também está ao vosso dispor para prestar informações mais precisas ou esclarecer dúvidas.

Com os melhores cumprimentos

(Data, assinatura da direção de turma/grupo)