

PEDICULOSI (Polls del cap)

Com podem eliminar els polls del cap? L'eliminació requereix temps i perseverança

A la farmàcia hi ha diferents preparats però es recomana que continguin **permetrines o dimeticona** i millor si és amb crema o gel.

Cal respectar i seguir les instruccions del prospecte del producte i en cap cas s'ha d'augmentar el temps d'exposició del producte al cap.

Cal repetir el tractament seguint les instruccions del prospecte del producte. Malgrat que els polls hagin pogut ser eliminats amb el primer tractament, molts ous poden romandre vius; aquesta segona aplicació pot eliminar els polls que surtin d'aquests ous. Fer una altra aplicació del producte al cap de 7 dies de la primera i sempre que es trobin polls vius.

Després de rentar els cabells i amb els cabells molls s'ha de passar una pinta fina per eliminar les llèmenes (millor comprar-la a la farmàcia, que sigui especial antipolls). S'ha de pentinar durant una bona estona, assegurant-se que s'han pentinat tots els cabells, de la base a la punta i a contrapèl. A cada pentinada s'ha de revisar la pinta per si hi ha polls o llèmenes, si n'hi ha cal rentar-la amb els dits i un raspall de dents vell.

Un cop pentinats els cabells sempre s'han de repassar i treure amb els dits les llèmenes que encara puguin quedar. Dedicar-hi una bona estona i amb llum suficient, ja que la crema pot no haver matat les llèmenes. Durant diversos dies seguits pentinar amb la pinta especial i després repassar amb els dits.

Perquè es desenganxin millor les llèmenes es poden deixar els cabells ben molls durant una hora amb vinagre, tapant el cap amb una gorra o film de plàstic. Després rentar-los amb xampú normal i pentinar amb la pinta fina especial per polls.

És important que els nens afectats es tractin tots simultàniament i també revisar tota la família (nens i adults) i tractar tots els infestats al mateix temps.

Rentar tota la roba que porta l'afectat, la del llit, coixins, ninots de peluix, tovalloles, etc. a la rentadora amb sabó i aigua calenta.

Rentar amb el mateix preparat que els cabells, les pintes i raspalls, deixar-los en remull durant una hora. Aquests han de ser propis per cada membre de la família i no es poden compartir.

Què és el poll del cap?

És la parasitosi més freqüent i habitual en el medi escolar, està causada pel *Pediculus capitis*.

Els polls del cap són insectes parasitaris que viuen entre els cabells de les persones alimentant-se de la seva sang. Són de color grisenc, sense ales, no salten ni volen, s'enganxen fort als cabells amb una ungla articulada. Fan uns dos mil·límetres de longitud i sobreviuen fins a trenta dies en una persona. Els ous, o llémenes, són blancs i encara més petits, gairebé com una escama de caspa i romanen més de dues setmanes. Són més fàcils de detectar en la línia del coll i darrere de les orelles. Les llémenes que estan a més d'1,5 cm del cap s'han de considerar mortes.

Els polls són molt contagiosos i es reproduïxen ràpidament: cada femella posa entre cent i tres-cents ous que estan fortament adherits a la base del cabell. L'ou s'incuba entre set i deu dies i després es desenvolupa la larva.

Com es transmet?

El contacte proper o l'ús compartit d'objectes personals, com ara barrets o raspalls per al cabell, implica un risc de parasitosi. Però els polls es transmeten gairebé sempre per contacte directe entre els caps. Els nens de tres a onze anys i les seves famílies adquireixen polls amb més freqüència sense que això indiqui una manca d'higiene personal.

Quins símptomes tens quan tens polls?

El símptoma principal és la picor del cuir cabellut per la irritació que la saliva de l'insecte causa a la petita ferida de la picada.

Com els podem veure?

Per veure els polls del cap és necessari observar els cabells amb deteniment. És possible veure'ls directament, però és millor utilitzar una lupa i efectuar l'exploració amb bona il·luminació. S'han d'apartar els cabells cap a baix, en seccions molt petites fins al cuir cabellut, buscant tant els polls que es mouen com els ous, també ens pot ajudar a separar els cabells un assecador.

De vegades les llémenes es confonen amb la caspa, però aquesta no està adherida als cabells i es desenganxa fàcilment. A més, la caspa no té la brillantor nacrada de les llémenes.

Com es poden prevenir?

- Portar els cabells curts o ben lligats i estrets amb trenes o cues.
- No compartir pintes, gorres, gomes ni cintes dels cabells.
- Evitar el contacte entre els caps.
- Pentinar tres cops al dia i revisar les pintes i raspalls.
- Evitar recolzar el cap en sofàs, coixins, etc. que hagin estat amb contacte amb una persona infestada.
- Si observem que el nen es rasca o diu que té picor al cap, mirar-li de seguida si té polls. Dedicar-hi temps.