



# Pediculose

# Linhas gerais

O que são  
piolhos?



O que são  
lêndias?



Como  
apanhamos  
piolhos?



Como sei se  
tenho piolhos?

Como prevenir  
o aparecimento  
dos piolhos?



O que devo fazer  
se encontrar  
piolhos?



Como detetar os  
piolhos  
ao pentear?



# É um mito!

- Os piolhos não aparecem só no cabelo sujo!
  - ⇒ Aparecem em todas as cabeças com cabelo sujo ou limpo, castanho, loiro, ruivo, comprido ou curto.



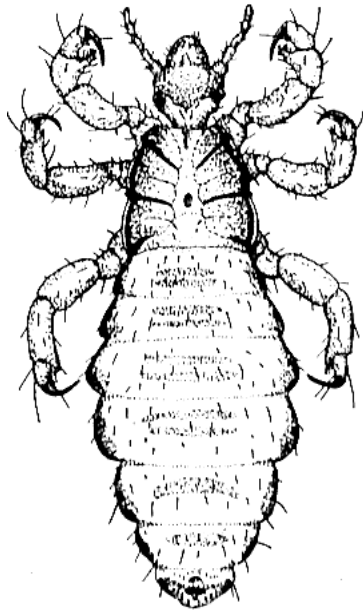
- Ter piolhos não é uma doença!
  - ⇒ É uma contaminação vulgar que pode ser tratada.
  - ⇒ São parasitas que precisam das cabeças das pessoas para viverem.
  - ⇒ Não transmitem doenças.





O que são piolhos?

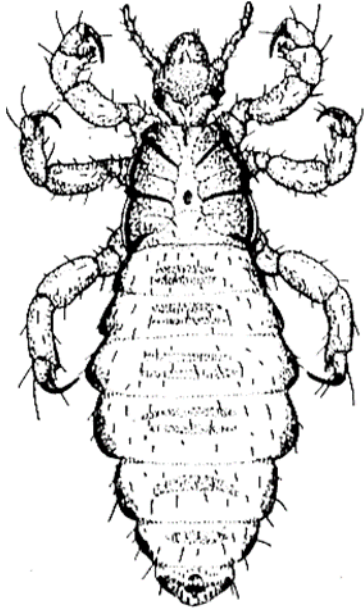
# O que são piolhos?



- São insetos:
  - sem asas;
  - com 3 pares de patas.
- Tamanho:
  - máx. 4 mm de comprimento;
  - 2 mm de altura.
- Cor:
  - normalmente transparentes;
  - tornam-se castanhos/encarnados depois de se alimentarem.



# O que são piolhos?



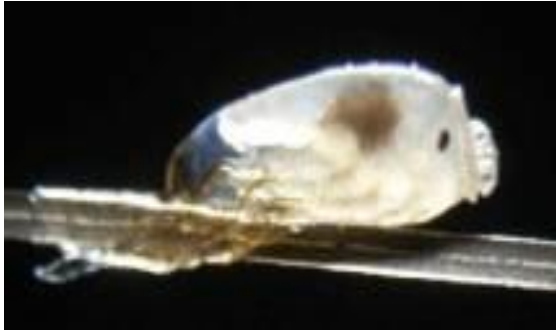
- Vivem no cabelo, nos sítios quentes:
  - atrás das orelhas ou na parte inferior da nuca junto ao pescoço;
- Alimentam-se de sangue humano.
- Mobilidade:
  - nadam;
  - não saltam, mas movem-se muito rapidamente.





O que são lêmdeas?

# O que são lêndeas?



- As lêndeas são os ovos dos piolhos.
- Estão agarradas ao cabelo devido a um tipo de cola que o piolho produz durante a desova.
- As lêndeas podem permanecer no cabelo durante semanas ou até meses depois da contaminação.







Como apanhamos piolhos ?

## Os piolhos propagam-se por:

- **Contato direto:** de uma cabeça para outra (ao brincar ou praticar desportos juntos ...)
- **Contato indireto :**
  - de objetos como sofás, lenços, chapéus, toalhas,...;
  - na piscina;
  - ao usar capacetes, escovas ou pentes de outras pessoas...



- **Qualquer pessoa pode ser contaminada por piolhos, não só as crianças.**





**Como sei se tenho  
piolhos ?**

# Como sei se tenho piolhos?

- Algumas pessoas têm comichão no couro cabeludo.
- Outras nem sabem que os têm.
- **Verificar com o pente metálico é o melhor método para ver se se tem piolhos.**





**Como detetar os piolhos  
ao pentear ?**

# Como verificar com o pente



- Compre na farmácia um pente metálico especial para piolhos (existem no mercado produtos com pente incluído).
- Desembarace o cabelo com um pente normal.
- Divida o cabelo molhado (enxuto só com toalha) em várias partes.

# Como verificar com o pente



## 1º PASSO

- Comece a pentear o cabelo desde o cimo da cabeça até às pontas, mantendo os dentes do pente em contacto com o couro cabeludo enquanto possível. Penteie uma parte do cabelo de cada vez.



## 2º PASSO

- Veja bem se o pente apresenta algum piolho (limpá-lo num lenço de papel pode ajudar a ver se há piolhos).



## 3º PASSO

- Repita o processo em toda a cabeça.



## CONCLUSÃO

- Se encontrar um piolho vivo é porque tem piolhos.
- Só deve fazer tratamento se encontrar um piolho vivo.
- Ovos vazios podem indicar que foi contaminado no passado, mas não significa que esteja atualmente contaminado.






## CONSELHOS

- Assegure-se que tem luz suficiente – de preferência luz natural.
- Pode pôr uma toalha branca nos ombros ou pentear-se para uma superfície branca (lavatório, banheira ou uma mesa branca) para ver mais facilmente os piolhos que caiam do cabelo.
- Verifique com o pente o cabelo de todos os membros da família e das pessoas que possam ter tido contato direto com a pessoa afetada.



A group of four young girls are smiling and posing together. The girl on the far left has curly hair and is wearing a white top. The girl next to her has straight hair and is also wearing a white top. The girl next to her has curly hair and is wearing a white top. The girl on the far right has straight hair and is wearing a white top. The background is a soft, light purple color.

**Que devo fazer se tiver  
piolhos ?**

# Que devo fazer se tiver piolhos?



## 1º PASSO

- Compre na farmácia um tratamento contra os piolhos.



## 2º PASSO

- Leia o folheto informativo antes de fazer o tratamento.



## 3º PASSO

- Trate no mesmo dia todas as pessoas da família que tenham sido contaminadas.

## 4º PASSO

- Informe a escola e as pessoas que estiveram em contato direto ou regular nas últimas 2 semanas.

## CONSELHOS

- Proceda à descontaminação do meio ambiente para evitar uma nova contaminação:
  - mude e lave a roupa de cama e o vestuário a 60°C;
  - o que não pode ser lavado a 60°C (roupas sintéticas, escovas, pentes, sofás, capacetes, brinquedos de pano ou peluche,...), pode ser descontaminado com um produto especial (informe-se na farmácia).





**Como prevenir  
o aparecimento dos  
piolhos?**

## Recomendamos que:

- Se tiver cabelo comprido use-o apanhado.
- Use uma touca de banho na piscina.
- Use um repelente nas épocas de epidemias de piolhos.
- Não use roupas (gorros, lenços, chapéus, ...), capacetes, escovas e pentes de outras pessoas.



Se encontrar um piolho vivo avise as pessoas com quem contactou.





# Resumindo...

- O piolho não é perigoso mas pode ser muito incomodativo. Pode-se transmitir por contato direto ou indireto com pessoas contaminadas.
- Verificação com o pente é a melhor maneira de saber se tem piolhos.



## **Se encontrar piolhos:**

- compre na farmácia um tratamento contra piolhos e trate a pessoa contaminada e o resto da família;
- avise todas as pessoas com quem tenha tido um contato próximo nas últimas duas semanas.







## **Se não encontrar piolhos:**

- tenha cuidado ao usar roupas ou escovas de outras pessoas;
- use uma touca de banho na piscina e se tiver cabelo comprido use-o apanhado;
- verifique a cabeça semanalmente.