

Els polls del cap

Des de fa anys s'observa un augment d'infestacions per polls que sol donar-se al llarg del curs escolar i és més freqüent en xiquets i xiquetes de 3 a 10 anys. Es troben **en totes les classes socials i apareixen encara que hi haja bona higiene**. Per tant, els polls no han de ser motiu de complex, o crear sentiment de culpabilitat. Cal revisar minuciosament el cabell del/de la xiquet/a si es queixa de picors, o si en l'aula algun/a xiquet/a té polls. Una vegada detectats, cal tractar-los adequadament.

COM SÓN ELS POLLS DEL CAP?

Són insectes xicotets de cos allargat, aplanats, de color blanc grisenc i no tenen ales. Estan en el cabell i s'alimenten de sang humana. Els ous o llémenes són col·locats en la base del pèl, a uns 3-4 mm del cuir cabellut. El desenvolupament de l'ou depèn de la temperatura ambient (s'afavoreix el desenvolupament entre els 22 °C i els 37 °C i es dificulta per davall de 22 °C). La larva ix de la llèmena al cap de 5-10 dies i dues setmanes després els polls es fan adults i poden pondre ous. El cicle vital del poll del cap, des de la fase d'ou fins que es fa adult, dura al voltant d'1 mes.

COM ES TRANSMETEN ELS POLLS?

Els polls passen de persona a persona **per contacte d'un cap a un altre i per compartir pintes, capells, etc.**

QUINS EFECTES TENEN ELS POLLS DEL CAP EN LA SALUT?

Els polls del cap **no suposen riscos per a la salut, només són molestos** perquè en xuclar la sang provoquen picor. El gratat intens i continuat del cuir cabellut pot produir xicotetes ferides i afavorir la infecció per bacteris, i formar-se crostes, etc.

QUÈ CAL FER PER A SABER SI HI HA POLLS?

Amb bona il·luminació i fent servir una lent d'augment, **es revisa acuradament el cabell humit, floc a floc, sobretot el pèl del clatell i el de darrere de les orelles**, col·locant davall una tela o un paper blanc. Els polls cauran sobre el paper i podrem veure xicotets punts grisencs. Pot fer-se a mà o passar una pinta de pues fines (pinta llemera).

Encara que es donen amb més facilitat en els/les xiquets/as, les persones adultes també poden tindre polls per la qual cosa cal **revisar els caps de totes les persones en contacte amb el/la xiquet/a** que té polls: família, companys d'aula, etc.

Les llémenes són com unes escates blanques molt agarrades a la base del cabell que es poden confondre amb la caspa, però que tenen lluentor de color nacre, estan molt apegades al pèl i es desprenen amb dificultat.

COM POT PREVINDRE'S?

- Llavant freqüentment el cabell amb el xampú normal (2 o 3 vegades a la setmana).
- Raspallant el cabell diàriament, cuidant de la neteja dels utensilis emprats.
- Revisant 3 o 4 vegades a la setmana el cap, incidint en la zona del clatell i darrere de les orelles.
- Revisant totes les persones en contacte amb el/la xiquet/a que té polls.

S'ha d'informar al col·legi per a prendre precaucions i evitar l'extensió del problema al més prompte possible. La presència de polls no serà motiu d'exclusió del medi escolar, si se'ls està tractant adequadament.

Tallar el pèl no és útil per a previndre ni per a tractar. Els polls del cap no viuen en animals de casa (gossos, gats, etc.), és per això que no cal tindre precaucions especials amb ells.

QUIN ÉS EL TRACTAMENT?

Atenció!, Només ha de fer-se si es veuen polls o llémenes. No ha d'utilitzar-se MAI el tractament per a previndre, ja que el seu ús continuat pot provocar irritació o dermatitis en el cuir cabellut. A més pot afavorir l'aparició de resistències i resultar inefaç quan realment es necessita.

Els qui tinguen polls han de començar el tractament el dia que es detecten.

El tractament es basa en aplicar productes específics pediculicides en forma de locions, xampús o cremes. La loció és la presentació més efaç, ja que els xampús es dilueixen amb l'aigua i s'eliminen amb l'aclarit.

El fàrmac d'elecció és la Permetrina, habitualment a l'1 % en crema (sobre el pèl humit) o en loció (sobre el pèl sec). A hores d'ara s'estan utilitzant locions de Dimeticona, que és una silicona que no té activitat insecticida i per tant amb menys efectes secundaris. Existeixen en el mercat uns altres productes i mètodes, però la seua eficàcia no ha sigut provada suficientment

Cal fer servir només un producte i, quan no done resultat, se n'ha d'aplicar un altre de diferent.

Manera d'actuació:

S'han d'aplicar els productes amb guants de només un ús. Cal evitar el contacte del producte amb la pell, els ulls i les mucoses. Si es produeix el contacte, s'ha de llavar amb aigua abundant.

No s'ha de llavar el cap abans d'aplicar la loció, perquè el greix facilita la fixació del producte en el pèl.

Cal aplicar la loció fregant suauement per tot el cabell des de l'arrel cap a les puntes, sobretot en la zona del clatell i darrere de les orelles. No s'ha de cobrir el cap o, en tot cas, que siga amb un capell de plàstic. Cal deixar actuar almenys mitja hora.

En acabant s'han de fer 2 llavats del cabell amb un producte normal i un aclarit amb aigua. No s'han d'usar condicionadors. No s'ha de fer servir l'assecador, la calor de l'assecador fa menys efaç el producte. Assecament a l'aire.

Per a acabar aquest primer tractament, cal pentinar el pèl mullat durant 5 o 6 minuts amb la pinta de pues fines (pinta llemera) per a llevar les llémenes. No s'ha de llavar el cap fins que passen 2 dies.

Passades 8-10 hores, s'ha de revisar el cap per a veure si els polls es mouen més lents, això indica que el tractament és efectiu.

És molt **IMPORTANT** repetir el tractament als 7-10 dies. Cal continuar fent exàmens visuals durant 2 o 3 setmanes fins a assegurar-se que tots els polls i llémenes han desaparegut.

Cap producte elimina la totalitat dels polls o de les llémenes. El pentinat diari amb la pinta de pues molt juntes (pinta llemera), és molt important durant la setmana següent al tractament, ja que tan sols una llèmena pot reproduir de nou la infestació.

Quan hi ha evidència de fallada en el tractament (detecció de polls vius després de 3 aplicacions correctes del pediculicida) s'ha de consultar el personal sanitari o a la farmàcia per a canviar de producte.

Com es neteja la roba i els articles d'ús personal?

La roba i els objectes que hagen estat en contacte amb el cap de la persona infestada en els 2 dies anteriors (roba de vestir, llençols, pijames, tovalloles, cintes del pèl, peluixos, etc.), han de llavar-se amb aigua calenta (almenys a 55° C). Si no es pot, es llavarà en sec, o es deixarà la roba en una bossa hermèticament tancada durant 2 setmanes.

Les peces netes han de planxar-se amb vapor, especialment les costures per a destruir restes d'ous que hi estigueren allotjats.

Els articles com pintes, raspalls, ganxets, etc., s'han de submergir en aigua calenta (per damunt de 80° C) durant 10 minuts o guardar-los en una bossa tancada durant 2 setmanes.

N'hi ha prou de fer la neteja habitual de la casa i passar l'aspiradora per sòls, catifa i entapissats.

ATENCIÓ!

No feu servir **mai pediculicides a menors de 6 mesos**.

En **els xiquets i en les xiquetes menors de 2 anys** cal **llevar manualment o amb pinta llemera els polls i les llémenes** i no es recomana usar productes pediculicides.