



Como evitar apanhar piolhos

Aconselhamos que:

- Se tiver cabelo comprido use-o apanhado;
- Use uma touca de banho na piscina;
- Use um repelente nas épocas de surtos de piolhos;
- Não use roupas, lenços, chapéus, capacetes, escovas nem pentes de outras pessoas.

NÃO ESPERAR PELA COMICHÃO!

Esta infestação pode aparecer até 2 semanas após o contágio. Por isso é importante inspecionar a cabeça da criança regularmente. Fique atento às zonas mais húmidas e quentes da cabeça, como a nuca e atrás das orelhas.

Estrada Príncipe Alberto do Mónaco - 9900-038 Horta

Telefone: 292 207 200

E-mail: sres-usifaial@azores.gov.pt

Elaboração: Serviço Social/Saúde Escolar

Revisão: Equipa da Comunicação

Imagem: Serviço Social

Referências: Apresentações PowerPoint da Saúde Escolar

Data de elaboração: 13-03-2024

Ref.ª USIFaial: 06|15|86|00

© Unidade de Saúde da Ilha do Faial

Piolhos



O que fazer e como evitar piolhos

Como é que apanhamos os piolhos?

Os piolhos transmitem-se por contato:

- **Contato direto** – de uma cabeça para a outra (a brincar ou a praticar algum desporto juntos);
- **Contato indireto** – ao usar objetos de outras pessoas como chapéus, toalhas, escovas/pentes...;
- Na piscina.

Qualquer pessoa pode ser contaminada por piolhos, não só as crianças!

Como é que sabemos se temos piolhos?

- Comichão intensa no couro cabeludo;
- Cócegas e sensação de movimento na cabeça;
- Lêndeas nos fios de cabelo;
- Deve-se verificar com um pente fino. É o melhor método para ver se existem piolhos.

Como verificar com o pente fino:



Depois de usar amaciador começar por desembaraçar o cabelo molhado com um pente normal.



Enxugar só com uma toalha.

Dividir o cabelo em várias partes.



Utilizar um pente fino.

1º PASSO

Passar o pente fino desde a raiz até às pontas, manter os dentes do pente em contato com o couro cabeludo sempre que possível. Pentear uma parte do cabelo de cada vez.



2º PASSO

Verificar bem se o pente apresenta algum vestígio de piolhos. Limpar num lenço de papel, irá ajudar a ver se há piolhos.



3º PASSO

Repetir o procedimento em toda a cabeça.

No caso de encontrar um piolho vivo deve fazer imediatamente o seu devido tratamento.

O QUE DEVO FAZER SE TIVER PIOLHOS?

1º passo – aplicar um produto antiparasitário apropriado.

2º passo – tratar no mesmo dia todas as pessoas da família que tenham sido contaminadas.

3º passo – informar a escola e as pessoas que estiveram em contato direto ou regular nas últimas 2 semanas.

Recomendações

Proceda à descontaminação do meio ambiente para evitar uma nova contaminação:

- Mude e lave a 60°C a roupa da cama e vestuário;

- Tudo o que não puder ser lavado (ex. escovas, sofás, capacetes, brinquedos de peluche...) podem ser descontaminados com um tratamento especial para o ambiente (inseticida em aerossol);

- Aspirar a casa e o carro, deitar fora o saco do aspirador.