

GUIA PRÀCTICA PER LA PREVENCIÓ I L'ELIMINACIÓ DE LA PEDICULOSI A L'ESCOLA



Edita:

ACISE -Associació Catalana d'Infermeria i Salut Escolar- entitat sense ànim de lucre.

c/Massana 4, 1-2.

17600 Figueres (Girona)

acise.2015@gmail.com

www.acise.cat

Primera edició: 2018

D.L: GI 249-2018

Autores: Gràcia M. Soler Pardo i Rosa M. Subirós Teixidor

Il·lustracions: Pol Gañil

Disseny i maquetació: Carmen Montalvo

©ACISE2018

Tots els drets reservats. Aquest llibre o qualsevol de les seves parts no podran ser reproduïts ni arxivats en sistemes recuperables, ni transmesos de cap forma o per cap mitjà, ja siguin mecànics o electrònics, fotocopiadores, gravacions o qualsevol altre sense el permís previ dels titulars del Copyright.

INTRODUCCIÓ

Aquesta guia va dirigida a professionals de la salut, professorat, responsables de centres educatius i als pares dels alumnes.

Té com a objectiu aclarir dubtes i aportar els coneixements necessaris sobre la **pediculosi** o **parasitació de polls**, per a realitzar correctament la prevenció i el tractament d'eliminació de la infestació, afrontant el contagi amb normalitat i reduint així l'estigma que pot anar associat a la patologia.



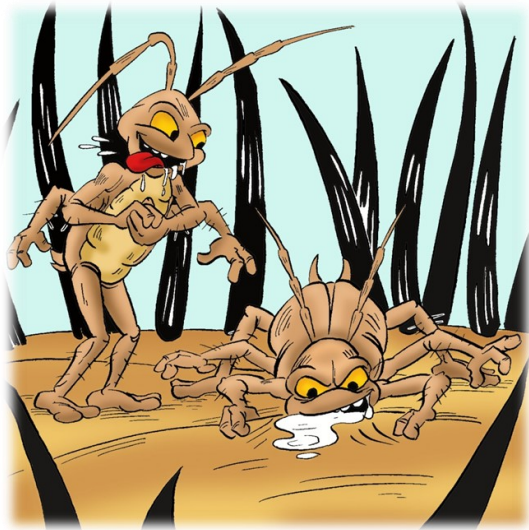
QUÈ ÉS LA PEDICULOSI?

És la parasitació per polls al cap pel paràsit *Pediculus Capitis*, coneguda popularment per “polls”. Els ous dipositats a la base dels cabells s’anomenen llémenes o cuques.

Normalment la infestació es circumscriu al cuir cabellut, però en alguns casos greus pot afectar a les celles i les pestanyes.

El símptoma principal de la seva presència és la picor intensa i persistent al cap, produïda per la irritació que provoca la saliva que injecta el poll al picar.

Les zones del cap on sol ser més accentuada la picor és al darrera de les orelles i al clatell.



COM ÉS EL POLL DEL CAP (*Pediculus Capitis*)?

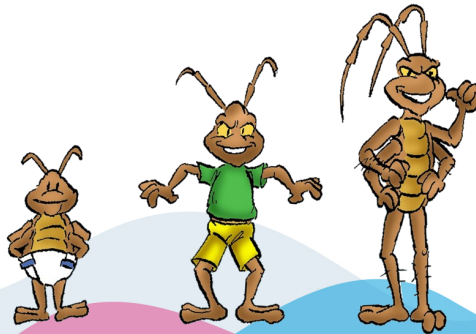
- És un paràsit exclusiu de l'home, que viu en el cabell humà.
- Són insectes **hematòfags** (s'alimenten de la sang que xuclen de la pell del cap).
- Són visibles, mesuren entre 2 mm (mascle) i 3 mm (femella).
- Són ovípars (posen ous).
- El color varia en funció de l'estat en que es trobi el seu desenvolupament, va del blanc pàl·lid o grisós (en el cas de les llémenes) fins a un gris fosc tirant a marronós (en el cas del poll).
- Les llémenes són els "babies" dels polls. Petits ous que trobem adherits a la base del cabell i que en 7-10 dies es converteixen en polls.

ELS DIFERENTS TIPUS DE PEDICULOSIS

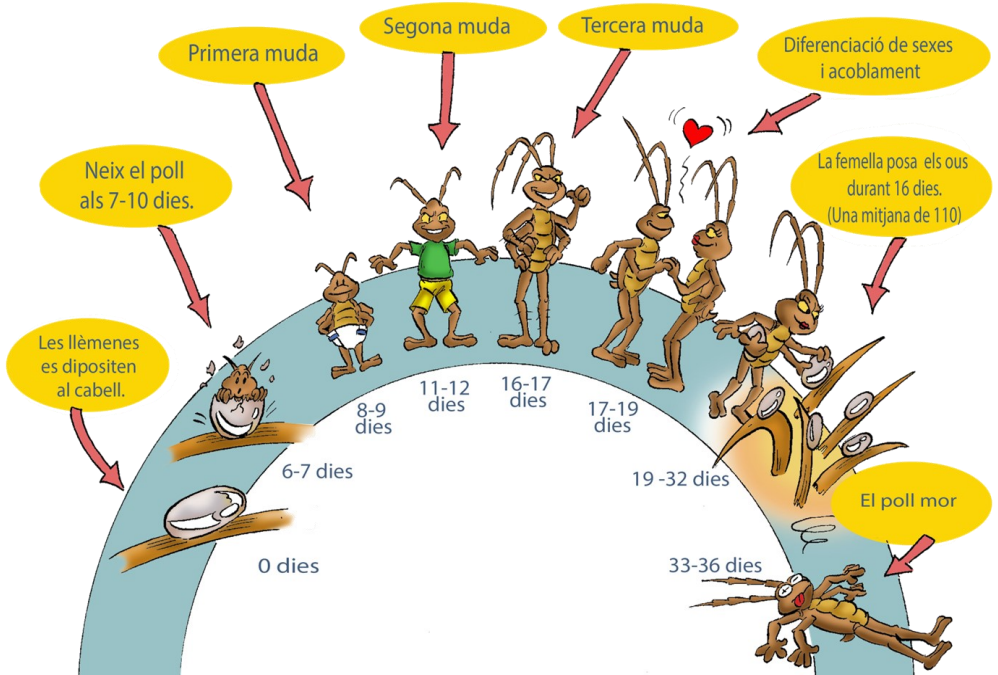
Poll del cap (*Pediculus humanus capitis*): afectació exclusiva del cap, no està relacionada amb la brutícia i els mals hàbits higiènics.

Polls del cos (*Pediculus humanus corporis*): afectació del cos, relacionat amb la brutícia i mals hàbits higiènics (freqüent en vagabunds i èpoques de guerra), viu a la roba i pot contagiar malalties (tifus...).

Polls del pubis o Lladelles (*Phthirus pubis*): es contagia principalment en les relacions sexuals i té relació amb mals hàbits higiènics.



EL CICLE VITAL DELS POLLS



El poll del cap té una vida aproximada d'un mes (33-35 dies). La reproducció té lloc exclusivament en el cap de l'ésser humà (fora no viuen més de 24 hores per falta d'aliment i temperatura).

La femella posa de 4 a 8 ous per dia, entre 150-200 ous en el transcurs de la seva vida.

Les llèmenes són adherides a la base del cabell i quan més lluny de l'arrel estiguin seran velles o estaran mortes.

LES ETAPES DEL POLL

Llémenes o ous (6-7 dies): Aquests es troben adherits a la base del cabell. Un 60% arriben a ser polls adults.

Nimfes (9-10 dies): Són els nadons dels polls, que acaben de sortir dels ous. Són invisibles a l'ull humà. El seu cos passarà per tres mudes de creixement fins a convertir-se en un poll adult amb capacitat per reproduir-se.

Polls adults (15-16 dies): Les femelles depositen diàriament els ous. Per assegurar la seva adherència segreguen una substància enganxosa i insoluble a l'aigua, que adhereix la llémene al cabell.

Els polls s'adapten exclusivament al cabell humà perquè tenen les condicions adequades per satisfer les seves necessitats:

- **temperatura**
- **humitat estable**
- **refugi**
- **accés il·limitat a l'aliment**
- **accés a la parella**
- **suport per la posada d'ous (reproducció)**
- **absència de depredadors**



El poll que per arrossegament o per iniciativa pròpia surt fora de l'hoste, s'exposa a factors que posen en perill la seva supervivència. Si no troba un altre hoste en poc temps (entre 6 y 48 hores), morirà degut a canvis de temperatura, humitat i absència d'aliments.

Temperatures sota els 0° C i per sobre dels 40° C són letals per la seva supervivència.

MECANISMES DE TRANSMISSIÓ

Contrari al que tots creiem, els polls **no salten ni volen**. Es desplacen ràpidament, tenen una gran habilitat per enganxar-se i enfilar-se pel cabell fins a instal·lar-se en un altre cap hoste.

La situació més propícia és per **contacte directe de cabells a cabells**, només un petit percentatge de transmissió es deu al transport passiu a través de l'intercanvi d'objectes o roba, que impliquin un contacte directe i immediat amb el cap.



COM ES PRODUEIX EL CONTAGI?

- **Contacte cap a cap:** mitjà més freqüent de transmissió.
- **Compartir objectes d'ús pel cap:** probable però poc freqüent (pintes, mocadors, gorres, caputxes, diademes, bufandes, passadors, perruques, auriculars...).
- **Per contacte indirecte d'objectes i superfícies:** és el menys freqüent (roba de vestir, roba de llits, seients, coixineres, tovalloles, peluixos...).
- **A través d'elements del medi:** transmissió rara i excepcional (gespa, sorra, aigua... Els polls entren en estat latent durant 2 hores en l'aigua).
- **A través d'animals domèstics:** no hi ha transmissió.

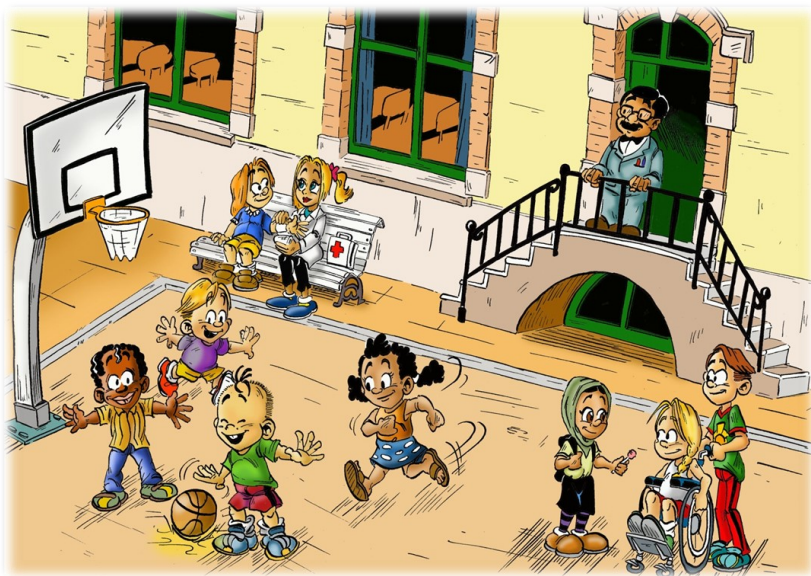
A QUI AFECTA LA PEDICULOSI?

Qualsevol persona és susceptible de patir pediculosi, però la població de més risc és la d'edat escolar, des de la infància fins a l'adolescència.

PREVENCIÓ DE PEDICULOSI

El millor mètode preventiu per combatre la pediculosi és la revisió periòdica manual i utilització de "pintes llemeneres" (normals, o elèctriques), en nens i adolescents, en edats entre els tres i els catorze anys.

Prevenció química (esprai repel·lent), ens permet prevenició del contagi quan en l'entorn més pròxim (escola, casa) es detecta infestació.

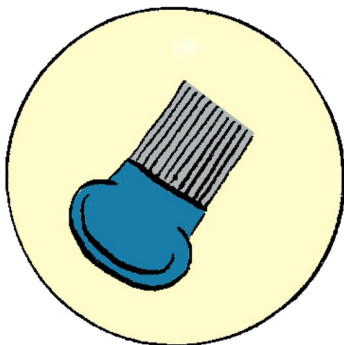


PROCEDIMENT D'INSPECCIÓ I EXTRACCIÓ

- Revisió visual i manual del cuir cabellut i del cabell, examinar detalladament els cabells (**floc a flocc**), amb l'ajuda d'una pinta llemenera.
- Revisar amb molta cura la zona del clatell i darrera de les orelles ja que són els llocs més comuns de trobar-hi polls perquè són les zones del cap més càlides.
- Disposar d'una bona il·luminació. A vegades es farà necessària la utilització d'una lupa i procurar que el nen estigui relaxat i quiet per poder treballar bé.
- Asseure a la persona a revisar a una altura que ens permeti visualitzar el millor possible el cabell.
- Un cop finalitzada la revisió, cal sacsejar enèrgicament la pinta en el lavabo o sobre un paper, per veure si hi ha algun poll i netejar la llemenera sota l'aixeta.

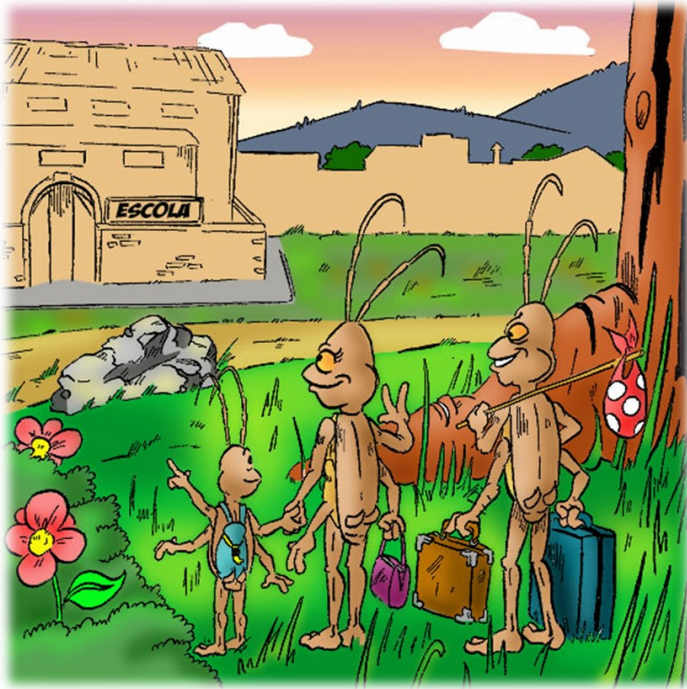


INFORMACIÓ SOBRE LES LLEMENERES



- Existeixen en el mercat diferents models.
- Els espais interdentials no haurien de superar els 0,2 mm (espais més grans deixen passar les llémenes)
- Les més recomanables són les de metall, degut a la seva rigidesa i menor espai entre dents.
- Les llemeneres de plàstic es poden deformar amb el pas dels cabells, són útils per l'expulsió de "nimfes" i polls adults, però podrien deixar escapar a les llémenes.
- Actualment es comercialitzen "llemeneres elèctriques" que funcionen fent una petita descàrrega que mata els polls. S'han d'utilitzar sobre el cabell sec i ben pentinat. És eficaç contra adults i nimfes, però no confirmat sobre llémenes.

PEDICULOSI A L'ESCOLA



- S'estima que aproximadament el 15% de la població escolar estiguin afectats de pediculosi.
- És habitual que s'originin petites epidèmies escolars, coincidint amb l'inici escolar, colònies, casals...
- Els polls poden afectar el cap de qualsevol persona, essent els nens/es el grup de més risc, i es dona una major prevalença en les nenes.
- Les diferències culturals o socioeconòmiques no influeixen en el risc d'infestació, podent patir-ho totes les classes socials.
- Aquest tipus de polls **no estan relacionats amb la brutícia.**

ELS POLLS A L'ESCOLA

Mesures preventives de caràcter general dirigides a trencar la cadena de transmissió

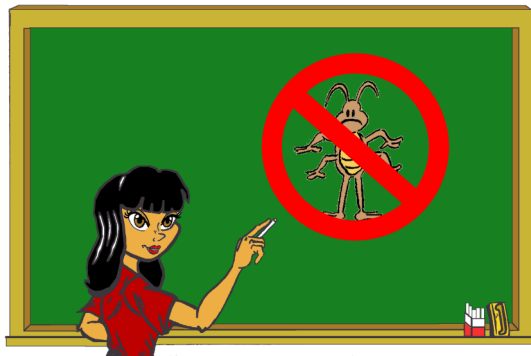
- Explicar als nens/es que evitin l'intercanvi de roba o objectes personals que es col·loquin al cap i que constitueixen objectes de risc de transmissió.
- Els mestres han de tenir en compte aquelles activitats lúdiques que poden comportar actuacions d'intercanvi d'aquests objectes de risc.
- Cal evitar que els nens comparteixin sacs de dormir, coixins, gorres... durant acampades i sortides escolars.
- Promoure en les famílies la revisió preventiva en les seves llars, com un hàbit més de la higiene dels nens.
- Realitzar campanyes d'educació i conscienciació sanitària dirigides a pares, tutors i educadors, de forma periòdica i repetitiva al llarg de cada curs escolar.



ELS POLLS A L'ESCOLA

Actuacions davant un o varis casos de contagi detectats a l'escola o altres centres educatius

- Si el professorat detecta l'existència de pols, avisarà a la família del nen infectat, de forma confidencial, per tal de que aquesta pugui iniciar el tractament el més aviat possible.
- De forma preventiva s'avisarà a la resta de famílies de la detecció de pols a la classe, per tal que revisin els caps dels seus fills i en el cas d'existència d'infestació puguin iniciar el tractament.
- Caldrà que aquesta comunicació es faci de forma immediata, millor mitjançant nota escrita i acompanyada d'una guia de tractament.
- Insistir en el missatge de prevenció general dirigit als pares dels alumnes, en el moment de la infestació i reforçar-lo periòdicament durant el curs escolar.
- Cal fer un seguiment després d'haver aplicat el tractament. Vigilar que hagin desaparegut els símptomes d'infestació de la pediculosi, ja que a vegades el picor persisteix uns dies després de l'eliminació dels pols.



ELS POLLS A L'ESCOLA

Actuacions a l'escola en situacions de pediculosi perllongada o de contagi massiu

Quan la infestació adquireix característiques d'intensitat i persistència, ens indica que el focus causant no està ben controlat.

En aquests casos és recomanable prendre com a mesura el tractament generalitzat de tots els alumnes de l'aula o aules de la escola, de forma simultània i amb el mateix producte, seguint el següent procediment:

1. Informar als pares de l'aplicació del tractament generalitzat, del dia d'inici, i dies posteriors que es realitzaran les successives revisions.
2. Sessió informativa sobre la pediculosi, portada a terme per una infermera.
3. La infermera realitzarà el procediment de revisió a la sala d'infermeria de l'escola, o en el seu defecte un espai adequat amb suficient llum.
4. Per fer la revisió la infermera disposarà de lupa, guants d'un sol ús, *esterillium antisèptic* o alcohol i paperera.
5. El procediment de revisió, es repetirà durant 4 setmanes (seguint el control del cicle de vida del poll).
6. La infermera realitzarà la revisió el mateix dia de la setmana, preferiblement l'últim dia d'escola setmanal.
7. La revisió de detecció i successius controls, es portarà a terme de forma regular a tots els membres de la classe, o classes, de forma individual i confidencial.
8. La infermera tindrà el llistat de registre de tots els nens/es que hagi revisat durant el període de tractament grupal.

ELS POLLS A L'ESCOLA

Actuacions a l'escola en situacions de pediculosi perllongada o de contagi massiu

9. S'informarà al professor/a o tutor/a responsable de cada classe dels casos detectats, i posteriorment s'informarà mitjançant carta tancada als pares dels alumnes, adjuntant-los una guia informativa i d'actuació, per tal que puguin iniciar tractament d'eliminació o de prevenció.
10. En la darrera revisió, els alumnes que persisteixin amb pediculosi es derivaran al centre de salut, amb l'objectiu de procedir a la total eradicació de l'infestació.
11. L'alumne s'incorporarà a l'escola un cop finalitzat el tractament.
12. Caldrà fer seguiments preventius periòdics.

Una vegada detectada infestació en un espai determinat de l'escola, per exemple la classe, cal extremar les mesures de neteja de l'espai, com aspirar bé el terra, si hi han catifes, tapissos o joguines de peluix que hagin pogut estar en contacte amb persones infestades.

Cal utilitzar rentats i/o assecats de la roba i objectes susceptibles d'ésser rentats,



ELS POLLS DINS L'ÀMBIT FAMILIAR

- Instaurar com a hàbit la revisió dels caps en la higiene dels nens i adolescents.
- Si un nen té polls, cal revisar el cap de tota la família i si cal, fer també el tractament
- Promoure l'ús individual de pintes i altres objectes d' higiene o que tinguin contacte amb el cap.
- No compartir amb altres membres de la família, en especial amb aquells d'edats de més risc.
- Mantenir una bona higiene personal del cabell (cabell net, pentinat, no encrespat).
- Portar els cabells recollits a l'escola.



PROCÉS GENERAL DE PREVENCIÓ I TRACTAMENT

- Eliminació mecànica polls/ llémenes dels cabells.
- Utilització de productes per tractar la pediculosi.
- No oblidar mesures generals per evitar la reinfestació.
- Prevenció i vigilància de nous contagis.

MÈTODES DIRECTES DEL TRACTAMENT DE LA PEDICULOSI

Els tractaments **només s'han d'utilitzar en persones infectades** i amb la missió de matar els polls i/o les llémenes.

Actualment, existeixen **diferents productes** per l'eliminació dels polls i llémenes. Cal aplicar el més adient a cada cas i seguir les instruccions farmacèutiques d'aplicació.

PEDICULICIDES, REPEL·LENTS I SUBSTÀNCIES COMERCIALIZADES

- **Remeis tradicionals en desús:** tallar els cabells, utilitzar vinagre o alcohol.
- **Tractament de primera elecció:** *Permetrina* al 1 o al 1,5% per infestacions recurrents.
- **Insecticides tradicionals:** piretrines y/o organofosforats.
- **Agents asfixiants:** substàncies olioses d'última generació com l'escualà (*Squalane*); la vaselina i les silicones.
- **Insecticides naturals:** cuasina (extracte de *Quasia amara*), allium amb àcid acètic i altres extractes de plantes.
- **Substàncies d'ús oral:** antiparasitaris (Ivermectina), bactericides (Trimetoprim-sulfametoxazol). *[Només amb prescripció mèdica.](#)
- **Repel·lents:** extractes de plantes (arbre del té, lavanda, citronella) i sintètics (IR3535-butilacetilaminopropionato de etilo).
- **Post tractaments:** xampús, condicionadors i desenredants. Extracte de malta o àloe vera.



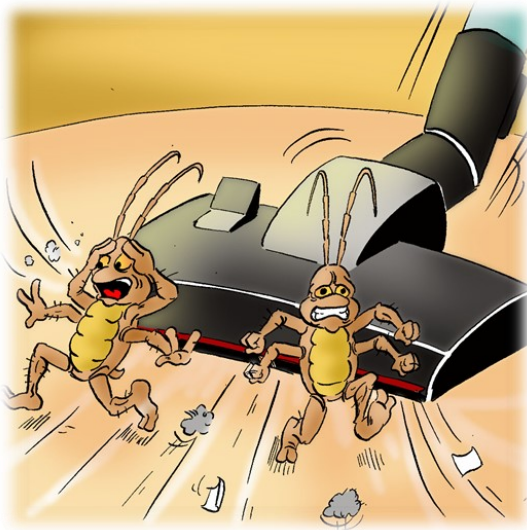
RECOMANACIONS GENERALS PELS TRACTAMENTS

- La **permetrina** ha d'estar en contacte amb els polls de 10 a 30 minuts, per produir la mort durant les següents 8 hores.
- Si fem tractament amb xampú, s'ha de repetir l'aplicació 2 o 3 cops, en intervals de 3 dies, per assegurar l'eliminació de les llémenes.
- Existeixen també **actius de nova generació com l'escualà**, derivat de l'oli d'oliva i/o la canya de sucre, que elimina el 100% dels polls amb una aplicació de 2 minuts i una alta eficàcia en llémenes.
- Després d'aplicar el tractament d'eliminació de polls, per desprendre les llémenes adherides al cabell més fàcilment, s'aconsella fer servir vinagre ja que afavoreix que surtin millor amb la pinta de llémenes.
- Pentinar profundament el cabell.
- Netejar la pinta de llémena amb alcohol o submergir-la en aigua bullint durant 7 minuts.



ALTRES CONSELLS BÀSICS

- Rentar el cap amb **aigua tèbia**, el calor augmenta sensació de picor.
- Desinfectar estris de cabell.
- Realitzar el tractament sempre en el bany, per evitar focus de contagi.
- Tovalloles i roba de llit, es rentaran amb programa d'aigua calenta de 60° C.
- Després del rentat, s'aconsella utilitzar la màquina per assecar la roba o planxa de vapor.
- Els articles que no es poden rentar, s'han d'aïllar dins d'una bossa de plàstic durant uns dies.
- Bona aspiració del dormitori i increment de la neteja.



***Es recomana seguir aquests consells durant 48 hores, ja que és el temps que trigen a morir els polls fora de l'hoste.**

ALTRES CONSELLS BÀSICS

Transcorregut el temps d'acció del producte escollit hem de:

- Esbandir el cabell amb aigua abundant. *En cas d'aplicar productes amb silicones o olis, per retirar-los més fàcilment cal aplicar el xampú directament sobre el cabell després del tractament sense humitejar ni aclarir prèviament (ja que les silicones/olis repel·leixen l'aigua). Fregar i aclarir amb aigua abundant. Si cal, repetir el rentat per assegurar que s'ha retirat la totalitat del producte.
- Ficar una part de vinagre per cada dos d'aigua (ajuda a que surtin més bé les llémenes del cabell).
- Pentinar amb la pinta de llémenes.
- No cobrir el cap amb tovalloles o similars, absorbeixen els productes.
- Es pot utilitzar casc de plàstic mentre es deixa actuar el producte.
- Eixugar al aire, no amb l'assecador (disminueix l'efecte insecticida)
- Repetir el tractament en 7 o 8 dies (si no ha estat prou eficaç).
- Després de tres aplicacions de pediculicida realitzades correctament, si no s'eliminen els polls i llémenes s'ha de consultar al pediatre per tal de canviar de producte o mètode.
- Davant dubtes consultar als professionals de medicina, infermeria o farmàcia.



ENCARA HI HA POLLS, PER QUÈ?

- Inadequada aplicació del pediculicida. No ha estat el temps suficient en contacte amb l'insecte.
- Error en la segona aplicació del producte (cap producte mata al 100% les llémenes, és necessària una segona aplicació als 7-10 dies).

ENCARA HI HA INFESTACIÓ, PER QUÈ?

- Reinfestació per contagi (per un familiar, amic o per algun nen/a de l'escola). En aquest cas els polls solen ser adults (més grans que les nimfes).
 - Resistència del producte utilitzat.
- * Recordar que els productes per eliminar polls i llémenes no tenen eficàcia per la seva prevenció; hi ha altres opcions específiques per prevenir la pediculosi.

QUAN POT TORNAR EL NEN O NENA A L'ESCOLA?

- Una vegada s'ha realitzat correctament el tractament, assegurant-nos que no hi ha polls ni ous vius, llavors es podrà reincorporar el nen a l'escola.
- És important que els pares avisin a l'escola si els seus fills han tingut polls, per tal de que els altres nens puguin ser revisats i per evitar nous contagis.



Aquesta guia de prevenció i eliminació de la pediculosis ha estat realitzada per ACISE,
amb el patrocini de Ferrer y OTC antipiojos.



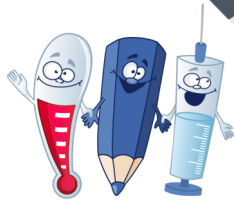
otc
antipiojos®

f ferrer

POLLS A L'ESCOLA?
NO GRÀCIES!
TOTS SOM RESPONSABLES!



Col·laborem perquè no entrin a l'escola!



ACISE
ASSOCIACIÓ CATALANA
D'INFERMERIA I SALUT ESCOLAR

otc
antipiojos®

f ferrer



www.acise.cat



acise.2015@gmail.com



[@acisenfermeriaescolar](https://www.facebook.com/acisenfermeriaescolar)



[ACISEnfermeria](https://twitter.com/ACISEnfermeria)



www.solucionesotc.es



staff@ferrer.com



[@OTCantipiojos](https://www.facebook.com/OTCantipiojos)



900 101 834

*Utilitzeu OTC *antipiojos* de forma segura. Llegiu sempre l'etiqueta i les instruccions del producte abans de utilitzar-ho.

OTCAP092018