

# CONSELLS PRÀCTICS SOBRE ELS POLLS.

## Què són?

Els pols són insectes que poden infectar diferents animals. Cada tipus de poll és específic d'un tipus d'hoste, per la qual cosa els "nostres" pols no infesten altres animals (i viceversa). Els humans poden estar infectats per tres tipus de pols: els pols del cos (*Pediculus humanus corporis*), pols del cap (*Pediculus humanus capitis*) i pols del pubis (*Phthirus pubis*).

Donat que els pols necessiten ingerir sang humana amb freqüència, la seva supervivència no va més enllà de dos dies fora del cos humà.

## Poden els pols saltar i/o volar?

Els pols, que mesuren uns 3 mm, no salten ni volen (no tenen ales) però es belluguen ràpidament pels cabells secs. Els pols del cap es transmeten més freqüentment entre els nens mentre juguen o fan activitats a les escoles (més encara en nenes, que solen fer activitats més tranquil·les) per contacte directe. Afecta sobretot a nens de 3 a 10 anys, però pot afectar gent de totes les edats i de tots els nivells socioeconòmics.



## Què són les llémenes?

Les llémenes són els ous que posen els pols. Mesuren 0.8 mm i s'adhereixen amb una mena de pegament a 3-4 mm del cuir pilós i són de color gris-marronós. El poll sortirà al cap d'uns 10 dies, adquirint l'ou un color blanc. En una infestació "normal" hi solen haver centenars de llémenes al cap dels afectats.

## Com es manifesta una infestació per pols del cap?

La infestació amb freqüència no dona cap símptoma. Quan ho fa, i pot trigar un mes en donar manifestacions, serà en forma de picor al cap, amb freqüència a la part posterior d'aquest. Les excoriacions, o lesions per rascat, poden sobreinfectar-se i donar lloc a l'aparició de ganglis al coll.

## Com podem diagnosticar una infestació per pols?

S'ha d'explorar el cap dels possibles infectats (encara que no tinguin símptomes) amb llum natural o amb una llum artificial intensa. El nombre de pols que hi ha per infestació és baix (8-12), són petits, es belluguen ràpidament quan són il·luminats i per tant són difícils de veure. Les llémenes estan ben adherides al cabell (a diferència del que no són llémenes, que es sol desprendre amb facilitat). Una bona forma de detectar pols o llémenes és amb l'ús d'una llemenera, pintura especial de puntes fines. Posar una pel·lícula als nens mentre se'ls pentina permetrà que s'estiguin més quiets. Mirant a contrallum la llemenera es poden visualitzar les llémenes i els pols. Quan es detecti un brot a l'escola és recomanable fer un cribratge amb la llemenera.



## Com es tracta una infestació per pols del cap?

El tractament inclou 3 apartats: 1-Pediculocides; 2- Eliminació mecànica de pols i llémenes; 3- Mesures ambientals.

### 1-Pediculocides

S'ha de tractar una infestació per pols quan aquesta s'hagi demostrat (l'ús de pediculocides quan no hi ha el paràsit afavoreix l'aparició de resistències). Sempre es protegiran ulls i mucoses quan s'apliquin pediculocides. Es poden utilitzar preparats que portin permetrina (a l'1 o 1.5%, durant 10 minuts) sola o en combinació amb butòxid de piperonil. També són útils els preparats amb malathion al 0.5% (8-12 hores; no aplicar en menors de 6 mesos). És millor utilitzar pediculocides en crema o locions que en esprais, donat que els darrers poden inhalarse accidentalment amb més facilitat. És recomanable repetir l'aplicació dels pediculocides al cap de 7-10 dies. És millor aplicar els pediculocides amb el cabell sec.



### 2-Eliminació mecànica.

Després de l'aplicació de pediculocides s'ha de rentar el cabell amb un xampú neutre i pentinar amb la llemenera. L'ús de la llemenera és fonamental donat que els pediculocides no eliminen els pols i les llémenes en un 100%. La llemenera s'ha de passar cada 24 hores durant 10 dies. L'ús de vinagre -àcid acètic- rebaixat a l'1:1 amb aigua i aplicat 10 minuts sobre el cabell permet retirar les llémenes amb més facilitat (hi ha preparats al mercat que contenen àcid acètic). Si a les 24 hores de la primera aplicació del pediculocida els pols encara es belluguen, s'haurà d'aplicar un pediculocida alternatiu. Si han fallat els piretroides (permetrina) i el malathion s'ha de plantejar l'ús de tractaments de la pediculosi resistent. Tanmateix, alguns autors proposen que l'ús exclusiu i acurat amb llemenera pot ser suficient per a curar la infestació per pols del cap. S'ha de tenir en compte també que el prurit pot persistir durant dies després de l'eradicació dels pols.

No es recomanable prohibir l'assistència dels nens al col·legi. Se'ls tractarà adequadament el mateix dia que se'ls descobreix la infestació.

### 3-Mesures ambientals.

Tota la roba i llençols s'ha de rentar amb aigua calenta. El que no pugui netejar-se es tancarà en una bossa de plàstic durant 2 setmanes. L'ús d'aspiradors en cadires i sofàs és suficient.

