

Antipediculosi

Ideale a tutte le età contro pidocchi e lendini

I pidocchi della testa sono piccolissimi insetti ematofagi (che si nutrono di sangue), lunghi da 2 a 4mm., di colore bianco-grigiastro, giallognolo o marroncino (il colore varia addirittura in base a quello della capigliatura in cui si trovano), che riescono a vivere soltanto tra i capelli dell'uomo (è perciò inutile cercarli nel pelo degli animali domestici). Al di fuori di tale habitat "esclusivo", il pidocchio riesce a sopravvivere da 1 a 3 giorni al massimo e non è comunque in grado di riprodursi.

Lo sgradito visitatore è munito di 6 zampette uncinata, che gli consentono di spostarsi velocemente sia per tutta la lunghezza del capello, che da un capello all'altro. I pidocchi non sono però capaci di saltare di persona in persona e, non avendo ali, non sono neppure in grado di volare. Essi si diffondono perciò soltanto per contatto, sia questo diretto o indiretto.

Più precisamente, solo gli insetti (adulti o giovani) possono muoversi da una testa all'altra. Le uova (lendini), ben radicate ai capelli, non migrano, anche se possono essere la spia dell'infestazione dei piccoli parassiti.

All'estremità del capo il pidocchio è dotato di un apparato buccale grazie a cui si nutre del sangue del suo ospite. I pidocchi devono nutrirsi almeno ogni 6 ore, altrimenti muoiono per disidratazione.

La vita del pidocchio adulto dura circa 3-4 settimane e attraversa un ciclo in 3 fasi: uova (7-10 giorni), ninfa (7-10) e adulto. Sul cuoio capelluto si possono pertanto trovare insieme insetti adulti, giovani e uova.

Le femmine del pidocchio riescono a deporre fino a 5-12 uova al giorno (e quindi anche più di 250-300 uova nell'arco della loro vita). Risulta perciò evidente come l'infestazione da pidocchi (pediculosi) possa "esplodere" in un arco di tempo relativamente breve.

Le lendini sono deposte soprattutto all'altezza della nuca, sopra e dietro le orecchie e all'altezza della riga di scriminatura dei capelli e aderiscono tenacemente al capello stesso grazie a una particolare sostanza vischiosa e adesiva, insolubile nell'acqua, prodotta dall'insetto.

Le lendini hanno bisogno del calore e dell'umidità del cuoio capelluto per svilupparsi e sono perciò vitali solo se collocate entro al massimo 1,5 cm. dalla radice del capello. Pertanto, le uova deposte oltre tale distanza non sono vitali e non richiedono alcun trattamento, se non di essere rimosse.

Come altri insetti ematofagi (p.es. le zanzare), attraverso le loro punture i pidocchi suggerono ogni volta una minima quantità di sangue

(che, in realtà, è enorme, se confrontata con le loro ridottissime dimensioni), rilasciando al tempo stesso una sostanza che può procurare prurito e irritazione.

CHI NE VIENE COLPITO COME VERIFICARNE LA PRESENZA

Chiunque può prendere i pidocchi. Essi non hanno preferenze di colore della capigliatura, sesso, età, stato sociale o etnia.

Anche il grado di pulizia dei capelli non ha influenza sulla loro presenza o meno e la loro comparsa non è indice di scarsa igiene di una persona.

Neppure il clima è un fattore scatenante. Sebbene la pediculosi sia più frequente nei climi temperati e caldi, ciò avviene solo perché il pidocchio della testa vive meglio a una temperatura di 29-30 °C (con temperature inferiori a 25 °C la femmina non riesce a deporre le uova).

Statisticamente, le prime vittime dei pidocchi sono i bambini dai 3 agli 11 anni, che frequentano scuole (asili nido, materne, elementari), ambienti sportivi (palestre, piscine) o comunità (doposcuola, oratori, colonie). E la infestazione da pidocchi risulta, infatti, essere ben più frequente durante il periodo scolastico (tipicamente, nei mesi da ottobre a maggio).

Dai bambini, l'infestazione si può però diffondere agli altri membri della famiglia. Perciò, nel caso insorgessero problemi di pediculosi, la verifica di eventuali "presenze" dovrà estendersi a tutti i componenti del gruppo.

Resta comunque più che doveroso rimarcare come i pidocchi della testa rappresentino senza dubbio un fastidio, ma non siano né causino malattie, né costituiscano, diversamente da altri parassiti (p.es. pulci, zecche), un potenziale pericolo per la salute.

Il contagio da pidocchi può avvenire in modo diretto, cioè da testa a testa, oppure in modo indiretto attraverso, per esempio, lo scambio di cappelli, cuffie o sciarpe o l'uso promiscuo di pettini, spazzole, salviette, cuscini.

Nel secondo caso il contatto deve però avvenire nell'arco di 48-72 ore, in quanto la vita del parassita lontano dai capelli non dura oltre i 3 giorni.

Una persona può avere i pidocchi e non saperlo. Questi si muovono infatti velocemente sul capello asciutto, può essere difficile notarli e la semplice osservazione del cuoio capelluto risulta in genere insufficiente.

È poi possibile che i piccoli parassiti non provochino fastidi, se pur molto più spesso il primo segnale del loro arrivo sia un intenso prurito alla testa e la continua necessità di

Erboristeria La Betulla Bianca
p. le Martesana, 10 - Milano

Antipediculosi

Ideale a tutte le età contro pidocchi e lendini

grattarsi (anche se chi si gratta frequentemente il capo non necessariamente ha i pidocchi e il prurito può impiegare vari giorni o settimane a manifestarsi dopo l'inizio dell'infezione).

La diagnosi si effettua attraverso un'accurata ispezione di capelli e cute, che deve iniziare dalla zona dietro le orecchie e dalla nuca.

Con la frequentazione di ambienti "a rischio", il controllo dovrà avvenire almeno con cadenza settimanale, onde una diagnosi precoce possa rendere più facile il trattamento. In caso di stretto contatto con qualcuno che abbia o abbia avuto i pidocchi (p.es. qualora la scuola segnalasse casi di pediculosi), sarà bene verificare ogni 2 giorni per almeno 10 giorni consecutivi.

Per effettuare una corretta ricerca, bisogna collocarsi in un luogo molto illuminato, dopo di che osservare attentamente le zone "sensibili" (sopra e dietro le orecchie e la zona della riga centrale), cercando prima di tutto le lendini, perché più facilmente visibili dell'insetto. Esse si localizzano in prossimità della cute, hanno forma ovoidale e sembrano piccole lacrime traslucide, di colore biancastro o marrone chiaro, con la parte a punta attaccata alla radice del capello e quella arrotondata che, leggermente inclinata, spunta a circa 0,5 cm. dal cuoio capelluto (le uova non devono peraltro essere confuse con la forfora, che ha le estremità più frastagliate e può in genere essere facilmente rimossa).

L'aiuto di un pettine a denti fitti (meglio se una "pettinina" per pidocchi), utilizzato sui capelli asciutti o umidi, consente di eseguire una ricerca più accurata e veloce.

Un efficace metodo di verifica della presenza di pidocchi è il seguente, che fa ricorso a un normale balsamo per capelli di colore bianco (per stordire gli insetti per qualche minuto), un comune pettine, una pettinina, mollette per capelli (se medio-lunghi), fazzolettini di carta, buona luce, un vecchio spazzolino da denti (per pulire la pettinina) e una lente di ingrandimento.

Pettinare innanzitutto i capelli asciutti per districarli, quindi applicare il balsamo senza bagnarli, avendo cura di coprire tutta la chioma e i capelli dalle radici alle punte; con il pettine distribuire uniformemente il balsamo e, nel caso, suddividere i capelli in 4 quadranti usando le mollette; porre la pettinina per pidocchi a piatto sul cuoio capelluto e pettinare i capelli dalla radice alla punta, iniziando l'operazione dalla zona più vicina alla nuca e nettando la pettinina su un fazzoletto di carta dopo ogni passata; in una buona condizione

di luce controllare se ci siano pidocchi, aiutandosi eventualmente con la lente; pettinare ogni sezione due volte, finché si sia completata tutta la testa (qualora la pettinina si intasi, usare lo spazzolino da denti vecchio per rimuovere pidocchi e uova). L'intervento può durare da 20 a 30 minuti, a seconda della foltezza e lunghezza della capigliatura. Qualora si riscontrassero pidocchi, ninfe e/o uova vitali, sarà necessario intraprendere il trattamento specifico. Per intanto, continuare a pettinare fino a un'adeguata rimozione, visivamente apprezzabile, di insetti e uova; al termine, lavare normalmente i capelli.

A operazione di verifica conclusa, per una corretta pulizia del materiale impiegato, mettere i fazzoletti in un sacchetto di plastica, richiudendolo e gettandolo nella spazzatura; lavare pettini e spazzolino in acqua bollente e sapone per 30 secondi onde essere ben sicuri che i pidocchi siano morti; solo quando l'acqua si sarà raffreddata, a strumenti sterilizzati, utilizzare lo spazzolino per rimuovere eventuali residui dalla pettinina.

Nel caso di bambini in età scolare è prassi d'obbligo, oltre che doverosa, informare la scuola del fatto (non solo per rispetto degli altri bambini, ma anche per evitare possibili "ricadute"). Si potrà, peraltro, riprendere la frequenza già la mattina successiva al primo trattamento, semplicemente con un avviso che sono stati trovati i pidocchi e che si sta eseguendo la conseguente profilassi antipediculosi (la trasmissione dei parassiti infatti non può più avvenire una volta che il trattamento è avviato).

PREVENZIONE

Importante per prevenire la pediculosi è la tempestività dei controlli: pochi e semplici gesti sono sufficienti per limitare il rischio di infestazione.

Pulire sempre pettini, spazzole e forcine con detergenti specifici, diluiti in acqua molto calda, lasciandoli immersi per almeno 10 minuti.

Evitare di ammucchiare capi di vestiario o biancheria da letto o da bagno tutti insieme in uno stesso luogo.

Lavare, ove possibile, gli indumenti e la biancheria da letto o da bagno (nel caso, anche i giocattoli in stoffa) che sono stati a contatto con una persona infetta in acqua bollente e asciugarli ad alta temperatura.

Gli articoli non lavabili dovrebbero essere puliti a secco oppure sigillati in sacchetti di plastica per almeno 10 giorni (ricordando che già

Antipediculosi

Ideale a tutte le età contro pidocchi e lendini

dopo 2-3 giorni lontano dal cuoio capelluto il pidocchio muore e perciò qualsiasi oggetto o indumento, trascorso tale intervallo dall'ultimo contatto, potrà essere considerato praticamente sterilizzato).

Passare, infine, con l'aspirapolvere (o meglio, se possibile, con il vapore) tappeti, moquette, mobili imbottiti, cuscini in tessuto, sedili e moquette dell'auto, avendo cura di sigillarne e gettarne via i sacchetti dopo l'uso. Non usare mai e comunque spray insetticida.

COMECOMPORTARSI INCASODI INFESTAZIONE

Il primo consiglio è di non farsi prendere dal panico, né generare paura, ansietà o sensi di colpa (soprattutto nei più piccini), perché chiunque può incappare nei pidocchi e il trattamento antipediculosi non è difficile né causa di disturbi o effetti collaterali (se non la noia di sottoporvisi).

Per eliminare il problema non bastano, però, un taglio di capelli (che si potrebbe anzi interpretare come umiliante e punitivo) o una buona pulizia (come talvolta erroneamente si crede), bensì sono necessari un prodotto antiparassitario specifico (tipicamente in forma di shampoo) e un pettine a denti molto fitti, la cosiddetta pettinina (meglio se in acciaio o comunque in un materiale che possa essere "bollito" e sterilizzato).

Dopo avere eseguito con attenzione i passi di controllo precedentemente esposti, una volta accertata la presenza di pidocchi diventa fondamentale iniziare subito il trattamento prescritto, ripetendo l'operazione in genere ogni 3-4 giorni (salvo diversa indicazione), anche qualora questa avesse semplice scopo di prevenzione (nel caso, però, purché limitatamente e non oltre il breve periodo di potenziale esposizione al rischio).

Successivamente a ogni applicazione controllare poi regolarmente ogni 2 giorni l'efficacia del trattamento con il metodo di ricerca susseguito (a meno dell'uso del balsamo per non stressare troppo i capelli), ripetendo per almeno 10-15 giorni fino alla risoluzione completa del problema. Ciò anche perché la fase di "rimozione delle uova" risulta fondamentale per una corretta esecuzione del trattamento, in quanto nessun prodotto anti pidocchi può da solo essere considerato efficace al 100%, con gli insetti e le uova residue che potrebbero continuare a riprodursi.

Per i bambini di età inferiore a 1 anno, le donne incinte o in allattamento e le persone con allergie si raccomanda comunque di ricorrere al consiglio del proprio medico.

COME AGISCONO I PRODOTTI ANTIPEDICULOSI

In commercio sono reperibili svariati prodotti specifici contro i pidocchi.

I metodi riconosciuti per affrontare il problema sono sostanzialmente due:

1. "cosmetico": applicazione locale di shampoo, lozioni o altre sostanze, naturali o a base di insetticidi chimici;
2. "meccanico": rimozione dei parassiti con pettini specifici;

come già suggerito, la soluzione migliore è per certo il ricorso a entrambi tali approcci in azione combinata.

Limitando qui il campo di analisi ai trattamenti "cosmetici", ancora oggi il mercato propone una vasta gamma di prodotti a base di insetticidi più o meno chimici, quali gli "organofosforici" (a elevata tossicità, con rischio di tossicità acuta), i "carbammati" (a tossicità cronica) e le "piretrine" (di tipo naturale o sintetico, a modesta tossicità).

Le preoccupazioni riguardanti la tossicità di molti di tali principi, nonché l'aumento di ceppi di pidocchi resistenti, sui quali l'effetto degli insetticidi utilizzati è ormai ridotto se non nullo, stanno sempre di più scoraggiando il ricorso ai trattamenti chimici.

È per questa ragione che negli ultimi anni ha progressivamente preso piede una strategia alternativa, che consiste nel ricorrere a sostanze funzionali naturali che, inoltre, essendo miscele di differenti molecole elementari, in concentrazione ognuna relativamente bassa e molto spesso variabile tra i diversi preparati, risultano atossiche e meno adatte all'insorgenza di casi di resistenza (e quindi molto più efficaci e attente alla salute individuale).

Tra le sostanze antipediculosi di origine naturale i meccanismi d'azione sono molteplici. Proprio sfruttando sinergicamente tutti tali meccanismi, gli approcci formulativi più moderni e i principi attivi naturali più efficaci nel prevenire e combattere pidocchi e lendini, l'**Erboristeria La Betulla Bianca** ha creato la **linea antipediculosi PIDOCLEAR**.

Erboristeria La Betulla Bianca
p. le Martesana, 10 - Milano