

# Capelli sotto assedio

Il rientro dalle vacanze e l'inizio della scuola potrebbero essere disturbati dalla diffusione di pidocchi, un problema fastidioso ma che, con tempestività, si può risolvere "alla radice".

## PARASSITI COMUNI

Possono provocare un fastidioso prurito, generando imbarazzo. Ma non facciamoci prendere dal panico!

**D**urante le vacanze aumentano le occasioni di socialità: i bambini spesso partecipano a campi estivi, soggiorni in campeggi o viaggi con amici e familiari, dove le condizioni di affollamento possono facilmente favorire la trasmissione di questi parassiti. La vicinanza costante e il contatto frequente tra i bambini creano un ambiente ideale per i pidocchi, che possono passare facilmente da una testolina all'altra.

Con il ritorno a scuola la situazione può peggiorare ulteriormente: le aule piene, i momenti di gioco e le attività di gruppo amplificano le opportunità di contagio. Anche il semplice scambio di cappelli, pettini o accessori per capelli può contribuire alla diffusione dei pidocchi. È quindi importante adottare alcune precauzioni per prevenire e gestire questo problema comune, ma fastidioso.

## Iniziamo a conoscerli

Scientificamente noti come *Pediculus humanus capitis*, i pidocchi

sono piccoli insetti (2-3 mm) di colore grigio/marrone che infestano e vivono esclusivamente sul cuoio capelluto umano. Le femmine depongono le uova, chiamate lendini, alla base del capello, dove circa in 7-10 giorni si schiudono, liberando le ninfe, che in meno di due settimane diventano pidocchi adulti. Questi insetti si nutrono del sangue umano e si diffondono principalmente attraverso il contatto diretto tra persone. Possono provocare un fastidioso prurito, generando imbarazzo. Ma non facciamoci prendere dal panico! Sono disponibili diversi rimedi per contrastarli, basta conoscerli e usarli correttamente.

## I trattamenti

Quando si nota la presenza di pidocchi sul cuoio capelluto bisogna utilizzare prodotti contenenti antiparassitari specifici, che agiscano possibilmente sia sulle uova sia sui pidocchi adulti.

Le piretrine e i loro derivati sintetici (es. fenotrina) sono i tratta-

menti antiparassitari più utilizzati: agiscono paralizzando e uccidendo questi insetti e spesso sono combinati con *butossido di piperonile* per aumentarne l'efficacia. Sono prodotti sicuri, tuttavia con il tempo i pidocchi hanno sviluppato una resistenza che ha portato alla progressiva riduzione della loro efficacia.

Altri attivi presenti nei prodotti in commercio sono il *malathion*, un insetticida in grado di uccidere sia i pidocchi adulti che le uova, e il *dimeticone*, che ha un'azione di tipo fisico (agisce avvolgendo il pidocchio, soffocandolo) e per questo sembra provocare meno resistenze e irritazioni locali rispetto ai trattamenti chimici.

### Come iniziare il trattamento?

In farmacia sono disponibili prodotti sotto forma di gel, lozioni, emulsioni, polvere e shampoo, da utilizzare sempre con lo specifico pettine a denti stretti.

Il prodotto antiparassitario va applicato uniformemente sul cuoio capelluto e per tutta la lunghezza dei

capelli, senza bagnarli, lasciandolo agire in base ai tempi indicati sulle confezioni. I capelli vanno poi divisi in ciocche e pettinati con l'apposito pettine in modo da favorire il distacco delle lendini; quelle più resistenti vanno staccate manualmente, ponendo molta attenzione alla zona dietro le orecchie e all'attaccatura dei capelli.

È consigliabile ripetere il trattamento a distanza di una settimana, in modo da eliminare gli eventuali pidocchi nati dalle lendini sopravvissute al primo trattamento. Se dopo 12-24 ore si nota ancora la presenza dei parassiti con una mobilità scarsa, vuol dire che il trattamento sta funzionando ed è opportuno eliminare con il pettine i superstiti. Se invece i pidocchi rimasti sono in piena attività, questo potrebbe dimostrare che il trattamento è stato inefficace o che ci troviamo di fronte a una nuova infestazione.

**Sebbene non rappresentino una minaccia grave per la salute, la loro presenza provoca prurito e può essere estremamente fastidiosa e imbarazzante**



## Miti da sfatare

### Diamo la parola alla scienza

Diversamente da quanto si crede, i pidocchi non possono né saltare né volare: la trasmissione avviene per contatto diretto tra le teste e i capelli di persone diverse, cosa che si verifica molto comunemente tra bambini che giocano insieme a scuola, durante attività sportive oppure semplicemente avvicinando le teste mentre guardano dallo stesso schermo del telefono.

Inoltre la loro presenza non è un indicativo di scarsa igiene, poiché questi parassiti infestano indifferentemente cuoi capelli puliti e sporchi.



#### Cosa si può fare in prevenzione?

Anche se la trasmissione avviene prevalentemente per contatto diretto (con la testa), a scopo precauzionale è opportuno trattare gli indumenti utilizzati mettendoli in lavatrice a 60° e poi in asciugatrice per almeno 10 minuti alla massima temperatura. I vestiti che non possono essere trattati ad alte

temperature e gli oggetti che non possono essere lavati vanno chiusi in sacchetti di plastica per almeno due settimane, per far sì che i pidocchi rimasti muoiano per mancanza di nutrimento.

Utilizzare prodotti antiparassitari a scopo precauzionale non è consigliato poiché, oltre ad essere efficaci solo in presenza del parassita, potrebbero causare irritazioni alla cute. Anche l'utilità degli shampoo preventivi, con il fine di creare un ambiente sfavorevole all'insediamento dei pidocchi, non è documentata; tuttavia, possono essere utilizzati a condizione di non abbandonare la buona norma di ispezionare periodicamente i capelli dei bambini e dei soggetti che frequentano comunità affollate.

Chi è venuto a contatto con la persona che ha i pidocchi deve fare un controllo accurato per escludere la presenza del parassita e interrompere la trasmissione. È importante informare la scuola e gli altri genitori, in modo che possano adottare misure preventive e trattare tempestivamente eventuali casi.

Benché non rappresentino una minaccia grave per la salute, i pidocchi sono un problema fastidioso che può causare disagio e imbarazzo. È quindi essenziale agire rapidamente e con i giusti metodi per debellare l'infestazione e prevenire una nuova trasmissione. La collaborazione tra scuola, famiglia e comunità è fondamentale per creare un ambiente sicuro e sereno per tutti i bambini, riducendo al minimo il rischio di contagio e garantendo un ritorno a scuola più tranquillo e piacevole.