

PIDOCCHI

Il **Pediculus humanus** è un insetto parassita, lungo 2-3 millimetri, di colore bruno-grigio. Si nutre obbligatoriamente del sangue dell'uomo, non è in grado di volare, né di saltare e sopravvive solo 1-2 giorni, se separato dal suo ospite (le uova possono sopravvivere una decina di giorni). La varietà **capitis** infesta il cuoio capelluto: la femmina depone da 4 a 6 uova (**lendini**) al giorno alla base dei capelli, attaccandovele con una sostanza collosa. Le zone preferite per deporre le uova sono **la nuca e dietro alle orecchie**. Dopo 6-9 giorni nascono nuovi parassiti, che diventano adulti in 3-5 giorni ed iniziano a deporre a loro volta altre uova. La vita media di un pidocchio è di 20-30 giorni.

La pediculosi del capo è un problema frequente nei bambini in età scolare ed è spesso causa d'ansia e vergogna per le famiglie. La convinzione che "avere i pidocchi" sia un segno di scarsa igiene è, infatti, ancora molto diffusa, anche se completamente infondata. È opportuno che il medico di base ed il farmacista non solo forniscano consigli adeguati sui prodotti da utilizzare per liberarsi dai parassiti, ma sottolineino anche l'importanza di segnalare il problema a tutte le comunità (scolastica, lavorativa, sportiva, ecc.) frequentate dal soggetto "infestato". **Il controllo ed il trattamento precoce sono, infatti, le uniche misure efficaci per impedire il diffondersi del contagio.**

IL CONTAGIO

Il **contatto diretto** "testa-testa" è senza dubbio la principale fonte di contagio: i bambini in età scolare sono quindi i soggetti più colpiti, perché trascorrono molto tempo giocando in gruppo. La prevalenza della pediculosi non varia stagionalmente: le "epidemie" che si osservano in determinati periodi dell'anno sono dovute probabilmente all'aumento delle occasioni di contatto, ad esempio con l'inizio della scuola. I pidocchi non sono indice di scarsa igiene: infestano con la stessa probabilità persone più o meno "pulite".

Il **contagio indiretto** (attraverso spazzole, pettini, sciarpe, berretti, ecc.) è possibile, anche se non molto frequente, data la limitata sopravvivenza dei parassiti lontano dall'uomo.

In caso d'infestazione, è comunque opportuno lasciare immersi spazzole e pettini in acqua molto calda e lavare a 60°C biancheria da letto e da bagno, cappelli, sciarpe e vestiti. Qualora non sia possibile il lavaggio in acqua calda, risulta efficace anche il lavaggio a secco. Se entrambi non fossero praticabili (es. pelouche), si può chiudere l'oggetto in un sacchetto di plastica e lasciarvelo per almeno 7/10 giorni a temperatura ambiente o meglio in freezer.

RILEVAZIONE

Nella maggior parte dei casi e soprattutto in fase iniziale, la pediculosi del capo è asintomatica. Il prurito, causato da una reazione allergica alla saliva del parassita, interessa dal 15% al 36% dei casi e può manifestarsi anche dopo 3 mesi. Nei soggetti che presentano prurito, è frequente rilevare piccole croste causate dal grattamento. È opportuno controllare sempre i bambini ad ogni lavaggio dei capelli.

Se un soggetto risulta affetto da pediculosi, i familiari e tutte le persone che abbiano avuto contatti con lui nell'ultimo mese vanno sottoposti a controllo. È quindi fondamentale che il medico o il farmacista sottolineino l'importanza di avvertire subito tutte le comunità frequentate dal soggetto, senza nascondere il problema, come invece spesso accade.

La ricerca delle uova va effettuata in un luogo illuminato, utilizzando una lente. Le uova sono bianche, traslucide e, a differenza della forfora, sono saldamente attaccate alla base del capello. La tecnica di rilevazione più efficace consiste nel **pettinare, ciocca per ciocca, i capelli umidi o bagnati con un apposito pettine a denti fitti** (distanza tra i denti 0,2-0,3 mm). Tenendosi sopra ad un foglio bianco, oppure pulendo il pettine con un tessuto bianco dopo ogni passaggio, i pidocchi eventualmente presenti cadranno sul foglio oppure rimarranno sul tessuto. La zona della nuca e quella dietro le orecchie vanno controllate con particolare attenzione. I pettini da utilizzare sono quelli forniti nelle confezioni dei prodotti antiparassitari oppure le pettinielle per la crosta latteata, disponibili in farmacia o nei negozi d'articoli per neonato. Un comune pettine a denti fitti non è sufficiente. Il pettine è utile sia per la rilevazione sia per l'eventuale eliminazione manuale delle uova, in associazione al trattamento con prodotti chimici, oppure in sua sostituzione nei casi in cui non sia possibile utilizzare questi prodotti, può essere impiegato per la rimozione sia dei pidocchi che delle uova.

LA PREVENZIONE

In commercio esistono prodotti che vantano un'azione preventiva del contagio, che però non è mai stata dimostrata. Il principio attivo contenuto in questi prodotti è il benzoato di benzile, sostanza utilizzata come repellente per zanzare e mosche. Probabilmente la sua attività nei confronti dei pidocchi si esplica grazie all'odore sgradevole, che allontana sicuramente compagni ed amici e riduce quindi drasticamente le possibilità di contagio! Molte persone sono inoltre convinte che l'utilizzo regolare di un prodotto contro i pidocchi, ad esempio di una lozione "spruzzata" tutte le mattine, oppure il lavaggio settimanale con uno shampoo antiparassitario, sia in grado di prevenire l'infestazione. Questa convinzione, peraltro molto diffusa, deve essere sfatata con decisione: infatti nessuno di questi prodotti può vantare un'attività preventiva ed il loro utilizzo frequente espone inutilmente, in particolar modo i bambini, alla tossicità degli antiparassitari e favorisce l'insorgere di resistenze che costituiscono ormai un problema sempre più frequente. Tutti i prodotti anti-pidocchi vanno impiegati solo quando si è sicuri della presenza dei parassiti. L'unica forma efficace di prevenzione è rappresentata dalla denuncia e dal controllo precoce.

TRATTAMENTO

Perché è opportuno liberarsi dei pidocchi?

Il *Pediculus humanus* non è in grado di trasmettere alcuna malattia, anche se la sua presenza può essere molto fastidiosa. Il prurito indotto dalla puntura, però, induce l'ospite a grattarsi e le escoriazioni prodotte possono infettarsi, causando una pidemite (infezione cutanea superficiale).

Quali prodotti o tecniche utilizzare?

In commercio sono disponibili numerosi prodotti chimici per il trattamento della pediculosi, in diverse formulazioni. Per orientarsi nella scelta, è opportuno considerare diversi fattori.

- **Nessun principio attivo ha dimostrato d'essere più efficace degli altri.** Le pietrine ed il malathion sono i principi attivi meglio documentati e più utilizzati, ma proprio l'utilizzo estensivo può causare una riduzione d'efficacia, per la comparsa di resistenze.
- **L'efficacia dipende non solo dal principio attivo contenuto nel prodotto, ma anche dalla sua formulazione.** In generale, le lozioni, i gel, le schiume e le creme penetrano più facilmente nelle uova, gli shampoo restano sui capelli per un periodo troppo breve e vanno quindi utilizzati eventualmente come trattamento complementare, per lavare i capelli dopo l'applicazione di un altro prodotto, le polveri penetrano scarsamente nelle uova.

Attenzione!! Prodotti con lo stesso nome commerciale possono contenere principi attivi diversi. Inoltre, l'efficacia dipende dal **corretto utilizzo del prodotto**:

- applicarlo nella **giusta quantità**, in modo **uniforme** (impregnare i capelli ciocca per ciocca, aiutandosi con la pettinella, per tutta la loro lunghezza e cospargere anche il cuoio capelluto, specialmente dietro le orecchie e sulla nuca);
- rispettare i **tempi d'applicazione** (almeno 10 minuti per creme, gel e lozioni, 3-6 ore per le polveri).

Nelle condizioni reali d'utilizzo nessuno dei prodotti in commercio può essere ritenuto attivo al 100% sulle uova: per questo è consigliabile eliminarne "manualmente" il maggior numero possibile dopo il primo trattamento. La rimozione "manuale" si effettua pettinando per almeno 30 minuti, con l'apposito pettine a denti fitti, i capelli inzuppati con acqua e aceto, per staccare con maggiore facilità le uova. In commercio esistono prodotti a base d'enzimi vegetali (es. Step2[®]) (tabella 2) per questo scopo, ma la loro efficacia non è generalmente superiore a quella d'acqua e aceto.

Spesso le lendini sono così saldamente attaccate ai capelli che si rende necessario "sfilarle" una per una con le dita.

È inoltre opportuno ripetere il trattamento con lo stesso prodotto dopo 7-10 giorni, per eliminare gli eventuali parassiti nati dalle uova rimaste. **Se, nonostante un ciclo completo di trattamento consistente nelle due applicazioni, si dovesse riscontrare ancora la presenza di parassiti, è possibile che essi siano resistenti al prodotto utilizzato.** In questo caso sarà necessario ripetere il ciclo, ma con un prodotto appartenente ad un'altra classe: ad esempio, dopo aver utilizzato un prodotto contenente una piretrina sintetica, si dovrà usare un prodotto a base di malathion o carbarile. In alcuni casi non è possibile utilizzare i prodotti chimici, ad esempio nei bambini molto piccoli. In questi casi può essere utile la rimozione totalmente manuale d'uova e pidocchi, che va effettuata come descritto precedentemente. L'operazione va ripetuta ogni 3-4 giorni, per almeno 2 settimane e presenta il vantaggio di essere totalmente priva d'effetti collaterali. Tuttavia, si tratta di un metodo che richiede un impiego elevato di tempo e di pazienza: la probabilità che non venga eseguito in modo corretto è quindi elevata. Far accorciare i capelli favorisce l'operazione. Nel caso

d'infestazione delle ciglia, è necessario ricorrere alla rimozione meccanica dei parassiti e delle uova, applicando una pomata oftalmica a base di vaselina (es. Duratirs®) per facilitare l'operazione.

Per quanto riguarda trattamenti a base d'erbe e aromaterapia non vi sono studi controllati e randomizzati che ne abbiano valutato l'efficacia.

I prodotti chimici possono avere effetti collaterali?

I prodotti per il trattamento della pediculosi sono in genere sicuri e ben tollerati, **se utilizzati in modo appropriato**. L'assorbimento attraverso la cute integra è scarso e l'effetto collaterale più comune è rappresentato dall'irritazione locale causata dagli eccipienti, specialmente a seguito di un uso prolungato. Le lozioni possono causare broncospasmo ed il loro impiego è perciò controindicato nei soggetti asmatici. Vanno comunque utilizzate sempre in ambienti ventilati, evitando di direzionare lo spruzzo verso gli occhi, la bocca o il naso. Come già ricordato in precedenza, l'utilizzo prolungato d'antiparassitari aumenta l'insorgenza di resistenze.

Quali prodotti utilizzare in gravidanza e durante l'allattamento?

I prodotti a base di **permetrina** sono i più sicuri in gravidanza. La permetrina è scarsamente assorbita (< 2%) dalla cute intatta e non ha dimostrato attività teratogena nell'animale o nell'uomo. Il passaggio nel latte materno è risultato scarso negli studi sugli animali e, anche se non esistono dati relativi all'uomo, si può supporre che il suo utilizzo sia sicuro anche durante l'allattamento. **La rimozione totalmente manuale d'uova e pidocchi rimane un'alternativa al trattamento chimico.**

Come faccio ad accertarmi se un membro della famiglia ha i pidocchi?

La diagnosi non è semplice da effettuare: spesso è difficile trovare i pidocchi vivi e le uova sono molto piccole e traslucide, difficili da individuare.

Una guardata veloce ai capelli non è assolutamente sufficiente per escludere la presenza di pidocchi!! È invece necessario un esame scrupoloso, soprattutto nella zona della nuca e dietro le orecchie, effettuato alla luce del sole o di una lampada (evitando la luce diretta perché il riflesso sui capelli rende più difficile evidenziare le lendini) utilizzando la lente d'ingrandimento e pettinando i capelli bagnati, ciocca per ciocca, con la pettinella a denti fitti (quella da crosta latte). Nel caso Lei abbia il sospetto che qualcuno della famiglia abbia preso i pidocchi, si rivolga al suo medico o al pediatra, oppure al Distretto, dove il personale sanitario è molto allenato ad individuare il parassita. Nel caso in cui siano stati segnalati dei casi di pediculosi, è necessario effettuare il controllo dei capelli ogni 2 o 3 giorni per più settimane.

Quali sono i prodotti migliori contro i pidocchi?

Tutti i prodotti in commercio contengono principi attivi efficaci contro i pidocchi, anche se in genere non sono altrettanto efficaci contro le uova. La formulazione è importantissima ed è consigliabile utilizzare sempre **prodotti in crema, gel, schiuma oppure lozione**, che penetrano meglio nelle uova. Le polveri invece sono scomode da usare e poco efficaci sulle uova. Gli shampoo rimangono a contatto con i capelli per

PIDOCCHI

troppo poco tempo: possono essere usati per lavare i capelli dopo il trattamento con una crema, un gel, una schiuma o una lozione.

Come vanno applicati i prodotti contro i pidocchi?

Bisogna impregnare bene i capelli con il prodotto (crema o pettinella. Applicarlo quindi anche sul cuoio capelluto, soprattutto nella zona della nuca e dietro le orecchie. Le lozioni vanno utilizzate sempre in ambienti ventilati, evitando di direzionare lo spruzzo verso gli occhi, la bocca o il naso.

I prodotti vanno tenuti “in posa” per **almeno 10 minuti** (per le polveri da 3 a 6 ore).

Dopo il primo trattamento, cosa devo fare?

I prodotti in commercio non sono completamente efficaci sulle uova, che possono quindi sopravvivere e dare origine ad una nuova popolazione di pidocchi! L'unico metodo sicuro per eliminarle è **staccarle manualmente**. Le uova sono attaccate molto saldamente al capello, con una sostanza collosa. Spesso passare la pettinella non è sufficiente a staccarle e bisogna quindi **“sfilarle” manualmente, ad una ad una**, con le dita. Impregnare i capelli con una soluzione d'acqua e aceto può essere utile per facilitare il distacco.

Un solo trattamento è sufficiente?

Anche se un solo trattamento, seguito dall'eliminazione manuale delle uova, può essere sufficiente per liberarsi dei pidocchi, è **consigliabile effettuarne un altro, a distanza di 7-10 giorni**, utilizzando lo stesso prodotto. In questo modo si elimineranno i pidocchi nati dalle uova eventualmente rimaste. È consigliabile un controllo finale per verificare l'assenza d'uova. Se, nonostante il secondo trattamento, si riscontrano ancora dei pidocchi, si consiglia di ripetere il ciclo con un prodotto con un principio attivo di classe diversa dal precedente.