

Los piojos

CONSEJOS ÚTILES Y TRATAMIENTO

La infestación del ser humano por el piojo, parecía ser cosa del pasado y un problema erradicado de la sociedad actual. Desde hace años, sin embargo, se observa un aumento de estos parásitos, que suele darse a lo largo del curso escolar y es más frecuente en niños y niñas de 3 a 10 años. Se encuentran en **todas las clases sociales y aparecen aunque haya buena higiene**. Por tanto, los piojos no deben ser motivo de complejo, o crear sentimiento de culpabilidad. Hay que revisar minuciosamente el cabello del niño/a si se queja de picores, o si en el aula algún niño/a tiene piojos y, una vez detectados, tratarlos adecuadamente.

¿TODOS LOS PIOJOS SON IGUALES?

No. Hay 3 tipos de piojos.

- Piojo de la cabeza (*pediculus capitis*), es el mas frecuente en la escuela.
- Piojo del cuerpo: mas frecuente en situaciones de desastre en las que se abandona la higiene.
- Piojo del pubis: mas frecuente su transmisión por contacto sexual.

¿CÓMO SON LOS PIOJOS DE LA CABEZA?

Son insectos pequeños de cuerpo alargado, aplanados, de color blanco grisáceo y no tienen alas. Están en el cabello y se alimentan de sangre humana. Los machos son mas pequeños que las hembras. Los huevos o "liendres" son puestos durante la noche por la hembra adulta y son colocados en la base del pelo, a unos 3-4mm. del cuero cabelludo. El desarrollo del huevo depende de la temperatura ambiente (se favorece el desarrollo entre los 22°C y los 37°C y se dificulta por debajo de 22°C). La larva sale de la liendre (huevo) al cabo de 5-10 días y, aproximadamente dos semanas después, los piojos se hacen adultos maduros sexualmente y pueden poner huevos. El ciclo vital del piojo de la cabeza, desde la fase de huevo hasta que es adulto, dura alrededor de 1 mes.

¿CÓMO SE TRANSMITEN LOS PIOJOS?

Los piojos pasan de una persona a otra **por contacto de una cabeza con otra y por el uso en común de peines, gorros, etc.**

¿QUE EFECTOS TIENEN LOS PIOJOS DE LA CABEZA EN LA SALUD?

Los piojos de la cabeza **no suponen riesgos para la salud, aunque si son molestos** porque al chupar la sangre provocan picor. El rascado intenso y continuado de una zona del cuero cabelludo puede producir pequeñas heridas y favorecer la infección por bacterias, formándose costras, etc.

¿QUÉ HAY QUE HACER PARA SABER SI HAY PIOJOS?

Revisar cuidadosamente el cabello en toda la cabeza, insistiendo sobre todo detrás de las orejas y en la nuca. Puede hacerse la revisión a mano o con una lendrera (peine de púas finas).

Aunque se dan con más facilidad en los niños, los adultos también pueden tener piojos por lo que hay que **revisar las cabezas de todas las personas en contacto con el niño/a** que tiene piojos: familia, compañeros de aula, etc.

Los huevos o liendres se ven como unas escamitas blancas, y se diferencian de la caspa en que están pegados al pelo y se desprenden con dificultad.

Los piojos adultos se pueden ver, aunque con dificultad.

¿CÓMO PUEDE PREVENIRSE?

- Lavar frecuentemente el cabello con el champú normal (2 ó 3 veces a la semana).
- Cepillar el cabello diariamente, cuidando de la limpieza de los utensilios empleados.
- Revisar 3 ó 4 veces a la semana la cabeza, incidiendo en la zona de la nuca y detrás de las orejas.
- Revisar a todas las personas en contacto con el niño/a que tiene piojos.

Se debe informar al colegio para tomar precauciones y evitar la extensión del problema lo antes posible.

La presencia de piojos no será motivo de exclusión del medio escolar, si los niños y niñas estan siendo adecuadamente tratados

¿CUÁL ES EL TRATAMIENTO?

¡Atención! Solo debe hacerse si se ven piojos o liendres.

El uso de productos antipiojos como medida preventiva es ineficaz y puede ser contraproducente, ya que su uso continuado produce en ocasiones irritación o dermatitis del cuero cabelludo, resistencias, etc.

Las resistencias, hacen que el producto pediculicida no sea eficaz cuando realmente se necesite para tratar los piojos.

Modo de actuación:

1. Aplicar la loción sobre el pelo seco o **crema pediculicida** (contra piojos) **a base de permetrinas al 1%** sobre el pelo húmedo, por todo el cabello, frotando suavemente e incidiendo en la zona de la nuca y detrás de las orejas. El cabello no debe ser lavado antes de la aplicación de la loción, ya que la grasa facilita la fijación del principio activo de la misma.

No cubrir la cabeza, o de hacerlo, que sea con un gorro de plástico. Dejar actuar durante al menos media hora.

El champú pediculicida no se recomienda como tratamiento exclusivo, ya que se va con el aclarado y, aunque puede destruir al parásito adulto, su poder sobre las liendres es menor.

2. Realizar después 2 lavados del cabello, con un champú normal.

3. El aclarado final puede hacerse con agua o con mezcla de agua y vinagre (2 partes de agua y 1 de vinagre). El vinagre ayuda a deshacer la sustancia que adhiere las liendres al pelo. No secar con secador ya que el aire caliente degrada el insecticida, dejar secar al aire.

4. Quitar las liendres (huevos) con la mano, deslizando las uñas del dedo pulgar y del índice desde la raíz hasta el final del pelo arrastrando la liendre, o bien peinar durante 5 ó 6 minutos con un peine de puas juntas (lendrera).

5. El tratamiento debe **repetirse a los 7-10 días** para eliminar totalmente las liendres vivas.

6. Los **peines, adornos del pelo** etc, deben sumergirse de cinco a diez minutos en agua hirviendo o guardarse en bolsas cerradas durante 12-15 días. Esto último es útil también para artículos que no puedan calentarse.

7. Las **toallas, ropa interior, ropa de cama**, etc, deben lavarse en agua caliente (más de 55 grados) y cuando se seque, planchar al vapor para que sea mas efectivo (especialmente las costuras).

Ningún producto químico elimina la totalidad de piojos adultos o de liendres. El peinado diario con peine de puntas juntas o lendrera, es muy importante durante la semana siguiente a la aplicación del tratamiento.

¡ATENCIÓN! No se recomienda aplicar **nunca pediculicidas a menores de 6 meses.**

En los **niños y niñas menores de 2 años** hay que **quitar manualmente o con lendrera los piojos y las liendres** y no se recomienda usar productos pediculicidas.