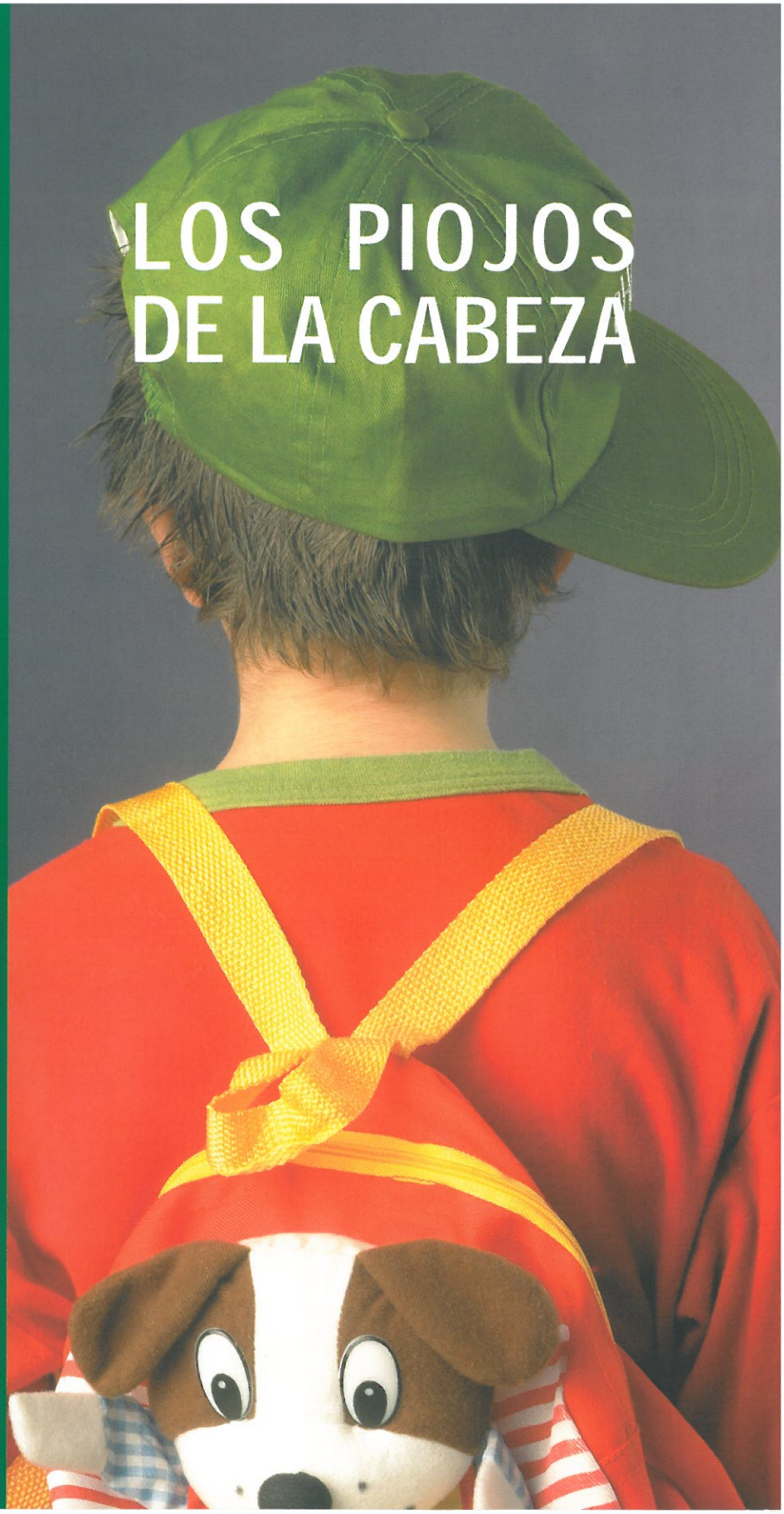
LOS PIOJOS DE LA CABEZA



JUNTA DE ANDALUCIA

LOS PIOJOS DE LA CABEZA

La pediculosis o presencia de piojos en la cabeza, **no debe considerarse algo vergonzoso.** De hecho, es muy frecuente en nuestro entorno y, aunque los niños, niñas y adolescentes son los que principalmente la padecen, puede afectarnos a todos.
Los piojos no son característicos de ninguna clase social ni consecuencia de la falta de higiene.

Es responsabilidad de todos el control de la pediculosis.

¿Cómo viven?

Los piojos de la cabeza viven exclusivamente en los cabellos de las personas.
En casos extremos, se extienden a cejas y pestañas.

No pueden saltar, volar, ni caminar por otras superficies. Sólo están capacitados para agarrarse a los pelos.

Los que puedan caer en cuello, ropa de cama e incluso en alfombras, sofás, etc. están dañados y suponen escaso peligro de contagio.

Se reproducen por huevos, también llamados liendres, que se adhieren a los pelos, cerca de la raíz.
De las liendres, aproximadamente a la semana de su puesta, salen las crías (ninfas) que, aunque son más pequeñas que los adultos, ya se alimentan de la sangre que chupan mediante picotazos que producen el picor característico, síntoma de su presencia.
Aproximadamente a los quince días, las crías se transforman en adultos que ya están capacitados para poner nuevas liendres.

¿Cómo se contagian?

Por contacto directo entre los pelos, es decir, entre cabeza y cabeza.

También es posible su contagio, a través del intercambio de objetos de uso para la cabeza tales como cepillos, gorros, coleteros, diademas…, y siempre que este intercambio se haga de forma inmediata.

Los piojos fuera de la cabeza sobreviven durante poco tiempo.

Los piojos no pueden transmitirse por animales domésticos, agua, arena ni césped.

¿Cuáles son los síntomas de la pediculosis?

En condiciones normales **el picor persistente es el único síntoma.** Si, debido a este picor, se produce un rascado intenso pueden provocarse heridas que pudieran infectarse. Afortunadamente no se conoce en nuestro país ninguna enfermedad que se transmita por las picaduras de los piojos de la cabeza.

¿Cómo saber si su hijo o hija tiene piojos?

1.º **Si observa que presenta síntomas de picor en la cabeza, sobre todo en la nuca y detrás de las orejas.** No obstante, cuando se tienen piojos por primera vez los picores pueden tardar en aparecer.

2.º **Si, al revisar la cabeza, encuentra piojos adultos, crías (ninfas) o liendres.** Sin embargo, las liendres pueden estar vacías o muertas y el picor estar producido por otras causas, por lo que la única manera de estar seguros de que padece las picaduras de piojos es encontrar adultos o ninfas vivas.

CÓMO DEBE ACTUAR SI OBSERVA:

PICORES Y SÓLO LIENDRES	▶	Se recomienda el TRATAMIENTO
PICORES PERO NI LIENDRES, NI ADULTOS NI NINFAS	▶	NO TRATAMIENTO. Consulte a un médico
LIENDRES PERO NO PICORES	▶	ESPERAR confirmación de picores o adultos o ninfas
ADULTOS O NINFAS CON O SIN PICORES	▶	Se recomienda el TRATAMIENTO

¿Cómo prevenir los piojos?

La principal y casi única medida preventiva es revisar regularmente la cabeza de los niños y de las niñas.

La lendrera, tradicional peine de púas para piojos, resulta un elemento muy eficaz para esta revisión, así como para retirar los piojos adultos, crías y liendres, si los hay.

Para ello, es fundamental que el espacio entre las púas sea muy pequeño (no supere los 0,2 mm). Además, son preferibles las lendreras de metal por su rigidez.

ALGUNOS CONSEJOS ÚTILES PARA EFECTUAR LA REVISIÓN

1. Humedecer el cabello y utilizar un acondicionador para desenredarlo.

2. Disponer de una buena iluminación.

3. Tener paciencia para revisar, meticulosamente, mechón a mechón, el cabello.

4. Limpiar la lendrera después de la revisión de cada mechón.

5. Se aconseja que, tanto la persona que revisa como la que es revisada, busquen la postura más cómoda posible.

Es importante evitar el intercambio de adornos del pelo, peines, gorros y bufandas.

Los productos farmacéuticos con insecticidas (o pediculicidas), nunca deben usarse como prevención; sólo pueden usarse cuando estemos seguros de que hay piojos.

Y si hay piojos ¿qué hacer?

1. Es fundamental, y **no debemos avergonzarnos al hacerlo**, avisar al colegio y a los padres y madres o tutores de sus compañeros, de que nuestro hijo o hija tiene piojos porque así evitamos que otros niños y niñas, incluido el nuestro o la nuestra, puedan volver a contagiarse.
2. Revisar la cabeza de todos los familiares de la casa.
3. No compartir peines, gorros, y otras prendas para la cabeza, con las personas afectadas.
4. Tomar medidas para eliminar los piojos de las personas afectadas.

La falta a clases no está justificada si se ha procedido correctamente para eliminar los piojos.

¿Cómo eliminar los piojos?

Hay diferentes formas de eliminarlos, pero lo más utilizado actualmente son los productos farmacéuticos, llamados pediculicidas, que son insecticidas de uso externo (tópicos).
Hay tres clases de productos, según estén compuestos de Piretrinas, Malatión o Lindano (materias activas).
Las **Piretrinas** son la primera opción y, entre ellas, la Permetrina al 1% es la más recomendada, por su poder para destruir las liendres y sus escasos efectos adversos.

En segundo lugar, los de **Malatión,** que son algo más tóxicos.

Por último, y sólo en casos excepcionales, los elaborados a base de **Lindano,** ya que este producto se absorbe por la piel y su uso inadecuado puede afectar al sistema nervioso.

Los pediculicidas tópicos se presentan como champús, lociones o geles y sprays.

Las lociones y geles son los productos más eficaces porque se aplican sobre pelo seco, llegando mejor así a los piojos, y además, por su prolongado tiempo de acción.

Aunque los fabricantes indican tiempos cortos de exposición (alrededor de los diez minutos), para la **Permetrina** es recomendable dejar el producto entre seis y ocho horas, por lo que es aconsejable el uso de un gorro de ducha.

El Malatión debe permanecer en el cabello entre **ocho y doce horas** para que sea eficaz y el Lindano no más de **cuatro minutos**.

Si después de tres aplicaciones del pediculicida, realizadas correctamente, no se ha conseguido eliminar los piojos, **no continúe aplicándolo** y consulte a su médico o farmacéutico para cambiar de producto o método.

Una vez transcurrido el tiempo de aplicación, se recomienda:

a) Lavar abundantemente el producto en el lavabo, cuidando de que no entre en contacto con el resto del cuerpo.

b) Realizar el penúltimo enjuague incorporando una parte de vinagre por cada dos de agua, porque ayuda a despegar las liendres.

c) Peinar con una lendrera para retirar los piojos muertos y las liendres.

d) Secar al aire, no con secador, ya que el calor puede disminuir el efecto del insecticida.

e) Si no ha surtido efecto, repetir el tratamiento al cabo de una semana, siempre que el producto utilizado así lo admita (cuidado con el Malatión y el Lindano) y nunca más de tres veces. Si al cabo de las tres aplicaciones sigue sin dar resultado, hay que cambiar a un producto con otra composición.

Los champús son menos eficaces, porque se aplican con el pelo humedecido y durante menos tiempo, pero son más recomendables si hay lesiones en el cuero cabelludo. Para su aplicación, hay que tener en cuenta las mismas recomendaciones que para las lociones y geles. El tiempo de permanencia del producto es de cinco a diez minutos, teniendo presente que, si el champú es a base de Lindano, no debe permanecer en la cabeza más de cinco minutos. La aplicación debe repetirse a los tres y seis días.

Los sprays son los menos eficaces pues no llegan a impregnar todo el pelo. Además, tienen riesgos de intoxicación por vía respiratoria.

Cuando el tratamiento fracasa

Es algo que sucede frecuentemente. Ello es debido a tres posibles causas:

1. El tratamiento con productos inadecuados o una aplicación incorrecta.
2. Cuando se produce un nuevo contagio.
3. La resistencia de los piojos a los pediculicidas. Si los piojos y liendres no llegan a morir con la aplicación del pediculicida, pueden llegar a desarrollar resistencia contra los mismos. Es un problema muy frecuente en la actualidad y por ello no deben usarse estos productos de forma rutinaria.

La información de este folleto puede ser ampliada consultando a un profesional sanitario o el material elaborado por la Consejería de Salud disponible en el centro escolar como complemento a esta información.

JUNTA DE ANDALUCIA
CONSEJERÍA DE SALUD
CONSEJERÍA DE EDUCACIÓN Y CIENCIA