

Ficha técnica sobre los piojos

¿Qué son los piojos?

Los piojos son insectos parásitos que pueden encontrarse en la cabeza de las personas. Los piojos se alimentan de sangre humana varias veces al día y viven cerca del cuero cabelludo. Los piojos ponen huevecillos, llamados liendres, en la base del cabello, muy cerca del cuero cabelludo. Las liendres que están a más de ¼ de pulgada del cuero cabelludo están muertas o ya salieron del huevo. Los piojos no transmiten enfermedades.

¿Cuáles son los síntomas de que se tiene piojos?

- Cosquilleo, sensación de que algo se mueve en el cabello
- Comezón, causada por una reacción alérgica a la mordida del piojo
- Irritabilidad y dificultad para dormir; los piojos son más activos en la oscuridad
- Heridas en la cabeza por rascarse (lo que puede provocar una infección bacteriana secundaria)

¿Cómo deshacerse de los piojos?

- Examine a todos en la casa para saber si tienen piojos o liendres. Revise con cuidado el cabello y el cuero cabelludo, detrás de las orejas y del cuello. Es más fácil encontrar liendres que a los piojos vivos.
- Dé tratamiento sólo a las personas de la casa que tienen piojos. Use productos de mostrador (siga las instrucciones) o de receta (siga las instrucciones del médico).
- Peine el cabello luego del tratamiento con un peine especial para piojos/liendres. Separe el cabello en secciones y trate de jalar cada liendre y piojo. Las liendres vivas que no peine y retire eclosionarán en 7-10 días. **Peinar puede llevar mucho tiempo, pero es el paso más importante.**
- Limpie la casa. Los piojos no viven mucho si no tienen un huésped de dónde comer. Sin embargo, para deshacerse de mechones de cabello que puedan tener liendres vivas adheridas, lave y seque la ropa, sábanas, fundas de almohadas y toallas con agua muy caliente y seque con calor. Aspire el piso y muebles para recoger cabellos sueltos. Los peines y cepillos se deben remojar en agua caliente de 5-10 minutos.
- Use los productos para quitar piojos por el tiempo que indique las instrucciones. Usualmente se suspende el tratamiento 7-10 días de haber iniciado el tratamiento. Siga revisando las cabezas una semana después del segundo tratamiento o una semana después de haber retirado el último piojo o liendre.

¿Cómo se propagan los piojos?

- Los piojos se propagan por contacto directo con el cabello de una persona infestada. El riesgo más alto se da con el contacto de cabeza con cabeza. Los piojos se arrastran - no brincan y no tienen alas. La propagación por contacto con la ropa u otros artículos personales no es muy común. La higiene y limpieza personal no tienen nada que ver con el contagio de piojos.

¿Cómo se previene la propagación de piojos?

- Enseñe a los niños a evitar el contacto de cabeza con cabeza (cabello con cabello) durante el juego en casa, escuela y cualquier otro lugar (actividades deportivas, patio de juegos, pasar la noche en casa ajena y campamentos).
- Eviten compartir ropa (sombrosos, bufandas y abrigos).
- Eviten compartir cepillos, peines y accesorios para el cabello.

¿Hay una temporada de piojos?

Septiembre es el mes de hacer conciencia sobre los piojos. La incidencia de piojos aumenta luego de iniciar el ciclo escolar, particularmente en los niños pequeños; esto en parte porque los niños más pequeños juegan con más cercanía y juntan sus cabezas. Durante la temporada de invierno, compartir abrigos y gorros puede contribuir a que haya más piojos. En la primavera, jugar afuera y las actividades deportivas hacen que los niños jueguen con más cercanía. En el verano los niños asisten a campamentos y se quedan a dormir en casas ajenas, lo cual puede promover la propagación de los piojos. Pareciera que no hay “una” temporada de piojos. Estar al pendiente y revisar a la familia todo el año ayudará a disminuir la presencia de piojos.

Fuentes:

Centro de Control y Prevención de Enfermedad-<http://www.cdc.gov/parasites/lice/head/index.html>

Departamento de Texas de Servicios Estatales de Salud-<http://www.dshs.state.tx.us/schoolhealth/lice.shtm#2>