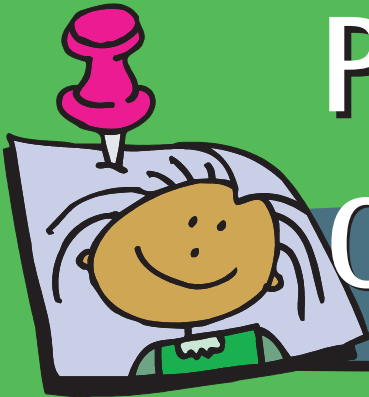




¿PROBLEMAS CON LOS PIOJOS?



Quíteselos
de la cabeza

¿QUÉ SON?

Los piojos son **pequeños insectos** sin alas de color marrón grisáceo, que se localizan en el cabello. Son parásitos obligados de los seres humanos, lo que significa que para subsistir necesitan alimentarse de sangre humana, si no mueren. Los piojos no parasitan a los animales como perros y gatos.

La hembra adulta deposita los huevos (**liendres**) en el cuero cabelludo, fijándolos fuertemente a la raíz del pelo, lo que hace que estos huevos sólo se despeguen manualmente o utilizando un peine de púas muy finas (**liendreras**). Las liendres se abren a los 5/10 días, dando lugar a las larvas que en 2 semanas llegan al estado adulto, con la posibilidad de la aparición de nuevos huevos.

Los piojos crecen y se multiplican muy rápidamente, **pasando con mucha facilidad de una persona a otra al ponerse en contacto sus cabezas o por intercambio de objetos personales**, como peines, horquillas, gorros, cintas, etc. Los piojos no pueden transmitirse a través de animales domésticos, agua, arena o césped. Además fuera de la cabeza, sobreviven poco tiempo.

El piojo de la cabeza suele afectar a **niños y niñas entre 3 y 10 años de cualquier estrato social** y su aparición no significa necesariamente que se tengan malos hábitos higiénicos. No entrañan riesgos para la salud, existiendo tratamientos eficaces que se pueden aplicar en poco tiempo, por lo que no existe justificación alguna para la exclusión del medio escolar de los afectados.

La presencia de piojos en nuestros hijos no debe ser, pues, motivo de vergüenza y ocultación; al contrario, se debe informar rápidamente al colegio para atajar el problema lo antes posible.

Es necesaria la **colaboración de todos los miembros de la comunidad escolar** para establecer las medidas adecuadas que permitan atajar la presencia de piojos.

Aplicando el tratamiento de forma correcta junto con la adopción de unas sencillas medidas higiénicas y de algunas precauciones, conseguiremos hacerlos desaparecer.



LA PEDICULOSIS

La pediculosis de la cabeza supone actualmente un problema de distribución universal.

Este folleto de educación para la salud elaborado por un grupo de expertos, actualiza y unifica los criterios de tratamiento, identifica los pediculicidas de elección y los modos de aplicación más recomendables.



¿QUÉ SON?

Los piojos son **pequeños insectos** sin alas de color marrón grisáceo, que se localizan en el cabello. Son parásitos obligados de los seres humanos, lo que significa que para subsistir necesitan alimentarse de sangre humana, si no mueren. Los piojos no parasitan a los animales como perros y gatos.

La hembra adulta deposita los huevos (**liendres**) en el cuero cabelludo, fijándolos fuertemente a la raíz del pelo, lo que hace que estos huevos sólo se despeguen manualmente o utilizando un peine de púas muy finas (**lendrera**). Las liendres se abren a los 5/10 días, dando lugar a las larvas que en 2 semanas llegan al estado adulto, con la posibilidad de la aparición de nuevos huevos.

Los piojos crecen y se multiplican muy rápidamente, **pasando con mucha facilidad de una persona a otra al ponerse en contacto sus cabezas o por intercambio de objetos personales**, como peines, horquillas, gorros, cintas, etc. Los piojos no pueden transmitirse a través de animales domésticos, agua, arena o césped. Además fuera de la cabeza, sobreviven poco tiempo.

El piojo de la cabeza suele afectar a **niños y niñas entre 3 y 10 años** de cualquier estrato social y su aparición no significa necesariamente que se tengan malos hábitos higiénicos. No entrañan riesgos para la salud, existiendo tratamientos eficaces que se pueden aplicar en poco tiempo, por lo que no existe justificación alguna para la exclusión del medio escolar de los afectados.

La presencia de piojos en nuestros hijos no debe ser, pues, motivo de vergüenza y ocultación; al contrario, se debe informar rápidamente al colegio para atajar el problema lo antes posible.

Es necesaria la **colaboración de todos los miembros de la comunidad escolar** para establecer las medidas adecuadas que permitan atajar la presencia de piojos.

Aplicando el tratamiento de forma correcta junto con la adopción de unas sencillas medidas higiénicas y de algunas precauciones, conseguiremos hacerlos desaparecer.



¿CÓMO SABER SI SE TIENEN PIOJOS?

Si su hijo o hija se queja de picores y/o se rasca con insistencia, es posible que tenga piojos. Conviene entonces **revisar minuciosamente el pelo de su cabeza**, buscando las liendres, sobre todo, en el pelo de detrás de las orejas y en el de la nuca. Lo mismo se debe hacer con las personas que hayan estado en contacto con su hijo o hija.

También se puede utilizar un **peine de púas finas (lendrera)** y peinar el cabello, humedeciéndolo previamente, para ver si aparecen entre las púas (se verán como unos "puntitos" blancuecinos). A simple vista se pueden confundir con la caspa, pero se diferencian en que ésta se desprende con facilidad del cuero cabelludo y del pelo, mientras que la liendre no, porque se pega con mucha fuerza al pelo y para quitarla es necesario tirar de ella.



- El piojo es un **insecto pequeño**, de unos 2-5 mm, que se puede ver a simple vista.
- Los piojos no saltan ni vuelan, pero sí que andan, pasando fácilmente de una cabeza a otra por proximidad física, al juntarse las cabezas, o a través del intercambio de objetos personales, como peines, gorros, auriculares, etc.
- La liendre (huevo que pone la hembra adulta) se pega firmemente al pelo.
- Las liendres se localizan fundamentalmente en el pelo de la nuca y en el de detrás de las orejas.
- Se suelen distinguir fácilmente por su brillo nacarado y por la firmeza con la que se sujetan al pelo.
- La presencia de piojos en la cabeza produce picor e irritación en la piel.

Si encuentra piojos o liendres, aplique el tratamiento que a continuación se recomienda lo antes posible.



TRATAMIENTO

EN NIÑOS Y NIÑAS MAYORES DE 2 AÑOS

- ✓ Inicie el tratamiento sólo si se descubren piojos y liendres. Nunca utilice productos pediculicidas "para prevenir" su aparición.
- ✓ Elija como tratamiento una loción o crema que contenga PERMETRINA al 1%.
- ✓ No utilice otras formas de presentación diferentes a loción o crema (no utilice sprays ni champús).

Cómo aplicar el producto

Si se elije loción:

- ✓ Aplique la loción una sólo vez en el cabello seco.
- ✓ Déjela actuar entre 10/ 30 minutos sin cubrir el cabello con toallas.
- ✓ Déjela secar al aire y no utilice secador.
- ✓ Lave después el cabello con el champú que use habitualmente.



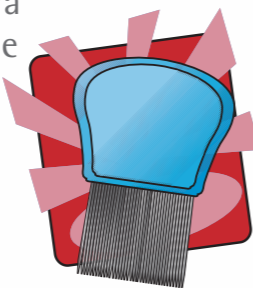
Si se elije crema:

- ✓ Lave el cabello con el champú que use habitualmente (sin acondicionador) y séquelo bien con una toalla para que no esté muy mojado, antes de aplicar la crema.
- ✓ Aplique la crema una sólo vez en el cabello húmedo.
- ✓ Déjela actuar entre 10/30 minutos sin cubrir el cabello con toallas.
- ✓ Déjela secar al aire y no utilice secador.
- ✓ Después aclare bien con agua.



A continuación tanto si usó crema como si usó loción:

- ✓ Retire los piojos y las liendres con la mano o con la lencera, humedeciendo previamente el pelo.
- ✓ Tras esta primera aplicación, revise diariamente la cabeza, especialmente la nuca y detrás de las orejas, y si encuentra liendres y/o piojos, elimínelos con la mano. También puede utilizar una lencera, humedeciendo previamente el pelo.
- ✓ Repita el tratamiento una segunda vez con el mismo producto 7/10 días más tarde.



NO HAY NINGÚN TRATAMIENTO PREVENTIVO. LO QUE HAY QUE HACER ES REVISAR REGULARMENTE EL PELO DE LA CABEZA DE NUESTROS HIJOS E HIJAS PARA DETECTAR LA PRESENCIA O LIENDRES E INICIAR EL TRATAMIENTO LO ANTES POSIBLE PARA EVITAR SU TRANSMISIÓN.



- ✓ En los días posteriores, retire las liendres con la mano o con una lencera, hasta asegurarse que no quede ninguna.
- ✓ Aunque observe que ya no quedan liendres, continúe peinando el pelo con la lencera.

Siguiendo estas indicaciones, lo más probable es que el problema quede resuelto.

Si el problema continúa:

Si tras la aplicación correcta del tratamiento (dos aplicaciones de permetrina al 1% en loción o crema, con 7/10 días de separación, más la extracción manual o con lencera de las liendres durante al menos dos semanas después de la última aplicación), observa que todavía el problema continúa (hay piojos o liendres), existen otros productos alternativos que le deberá recomendar su pediatra o farmacéutico/a.

EN NIÑOS Y NIÑAS DE 2 AÑOS O MENORES



En estas edades inicialmente no se recomienda utilizar ningún producto pediculicida, por lo que se debe realizar, como primera opción de tratamiento la extracción con lencera o con la mano de los piojos o las liendres. No obstante, si el problema persiste, debe consultar con su pediatra.



NUNCA APLIQUE NINGÚN PEDICULICIDA EN NIÑOS MENORES DE SEIS MESES.



RECOMENDACIONES FINALES



Evite el contacto con ojos y mucosas (interior de la boca y nariz) al aplicar estos productos.

Lave la ropa contaminada en agua caliente (ciclo de ropa caliente de lavadora a más de 55°).



Si no puede usar lavadora, lávela en seco o déjela en bolsas de plástico cerradas durante 15 días (en ese tiempo todos los parásitos estarán muertos). Después, planche estas prendas, especialmente las costuras.



Los cepillos, gorras y cintas de pelo no deben compartirse y deben, de la misma forma, sumergirse en agua hirviendo durante 10 minutos o guardarse en bolsas cerradas durante 12-15 días.



La práctica tradicional de aclarar el pelo con vinagre tras el lavado, no está demostrado que tenga algún efecto y en ningún caso se debe utilizar antes de iniciar el tratamiento.

~~LINDANO~~

No utilice productos que contengan Lindano. Son muy tóxicos y dan lugar a la aparición de resistencias.

LOS PRODUCTOS PEDICULICIDAS NO DEBEN USARSE DE MANERA CONTINUADA NI CON FINES PREVENTIVOS, YA QUE PUEDE SER PERJUDICIAL. TAMPOCO SE DEBEN UTILIZAR SIMULTÁNEAMENTE PRODUCTOS PEDICULICIDAS DIFERENTES.