

## Piojos Head Lice

### ¿Qué son los piojos?

Los piojos son insectos diminutos sin alas, de color marrón grisáceo que viven en el cuero cabelludo y se alimentan de sangre humana. Ponen huevos (liendres) que se adhieren al pelo muy cerca del cuero cabelludo. Una vez que los huevos eclosionan, la cáscara que queda atrás se llama una liendre vacía.

Los piojos son difíciles de ver porque son diminutos y se mueven de un lado a otro de la cabeza. Los huevos son muy pequeños, alrededor de un tercio (1/3) del tamaño de una semilla de ajonjolí (sésamo) y tardan entre 9 y 10 días en nacer (eclosionar). Las liendres vacías son más fáciles de ver y se encuentran en la parte más baja del tallo del pelo. Tanto los huevos como las liendres vacías pueden parecerse a la caspa, pero no se pueden retirar fácilmente porque son pegajosas.

### ¿Los piojos causan o propagan enfermedades?

No, los piojos no causan enfermedades ni las propagan. Sin embargo, pueden ser irritantes debido a las molestias que causan y a la facilidad con la que se transmiten de una persona a otra.

### ¿Cómo se transmiten los piojos?

Cualquiera puede contraer piojos. Tener piojos no significa que una persona tenga malos hábitos de higiene o viva en un ambiente sucio. Cualquier persona que tenga pelo puede tener piojos.

Los piojos normalmente se transmiten entre niños y adultos que tienen un contacto cercano de cabeza a cabeza. Los piojos no pueden saltar o volar de una persona a otra. Generalmente se transmiten a través del contacto de una cabeza con otra al arrastrarse de un pelo al otro. Existe una posibilidad muy pequeña de que los piojos se transmitan indirectamente al compartir fundas de almohada, accesorios para el cabello, cepillos del pelo y peines.

### ¿Cómo puedo evitar la transmisión de los piojos?

La mejor manera de controlar los piojos es mediante la cooperación entre padres, niños, guarderías, escuelas y proveedores de asistencia sanitaria. La mejor manera de prevenir la transmisión es revisar regularmente el cabello de todos los miembros de la familia usando el método del peinado en mojado. Se debe alentar a los niños a que no

compartan sombreros, peines, accesorios para el cabello o cepillos del pelo. Si su hijo tiene el pelo largo, recójase en una trenza.

Haber tenido piojos no evita que alguien pueda volver a contraerlos. Revisar regularmente el cabello para detectar si hay piojos puede ser parte de la rutina de higiene de la familia.

### ¿Cuáles son los síntomas de los piojos?

A menudo, las personas que tienen piojos no presentan síntomas durante 4 a 6 semanas si es la primera vez que los padecen.

Entre los síntomas de los piojos se pueden incluir:

- Sensación de que algo se mueve o de cosquilleo en el cuero cabelludo
- Picor en el cuero cabelludo debido a una reacción causada por las picaduras
- Marcas causadas al rascarse o granitos rojos como los de un sarpullido

### ¿Cómo puedo saber si mi hijo tiene piojos?

La manera más precisa de detectar si hay piojos es el método del peinado en mojado:

- Lave y aclare el cabello. Aplique suficiente acondicionador para cubrir el cuero cabelludo por completo (generalmente 2 puñados). El acondicionador impide que los piojos se muevan, haciendo que sea más fácil encontrarlos
- Utilice un peine de púa ancha para desenredar el pelo. Si en cualquier momento el peine tira del cabello, añada más acondicionador
- Comience cepillando todo el pelo con un peine especial para piojos (liendreras). Pase el peine por todo el cabello de una pasada desde la parte delantera hasta la parte trasera de la cabeza. Mantenga las púas del peine en contacto con el cuero cabelludo mientras lo pasa
- Después de cada pasada, limpie el peine sobre una toalla de papel y revise si hay piojos

### ¿Qué opciones son seguras para tratar los piojos?

Existen muchos productos y maneras diferentes de tratar los piojos. Algunos expertos en salud recomiendan el peinado

del cabello en mojado mientras que otros recomiendan tratamientos con productos químicos. Solo debe considerarse aplicar un tratamiento si encuentra piojos vivos. Los piojos no desaparecen sin tratamiento.

Los niños deberían recibir su primer tratamiento, tanto si es peinado en mojado como químico, en casa el primer día que se descubra que tienen piojos. No se debería enviar a los niños a casa o mantenerlos en casa sin ir colegio o guardería por los piojos. Se debe alentar al niño a que evite el contacto de cabeza con cabeza con otros estudiantes hasta después de su primer tratamiento de peinado en mojado o químico. Si una persona de la vivienda tiene piojos, existe una probabilidad alta de que otros miembros de la familia también los tengan. Se deben revisar las cabezas de todos los miembros de la familia el mismo día, y se debe tratar a aquellos que tengan piojos.

### **Tratamiento de peinado en mojado**

Este método elimina piojos vivos. El peinado en mojado es menos caro y no implica el uso de productos químicos. El tratamiento de peinado se realiza siguiendo los mismos pasos que se usan para detectar los piojos. Use una cantidad generosa de acondicionador para el cabello y un peine especial para piojos (liendreras), cada 4 días, durante al menos 2 semanas. Si se encuentran piojos durante el último tratamiento de peinado, añada una sesión de peinado más a los 4 días hasta que ya no se encuentren piojos vivos. Cualquier piojo joven que nazca de los huevos después de la primera sesión se elimina en la segunda, tercera y cuarta sesión. Por eso es importante llevar a cabo la serie completa de sesiones.

El peinado en mojado es un tratamiento seguro para bebés, niños pequeños, así como para mujeres embarazadas y que están amamantando. Póngase en contacto con su unidad de salud pública local para obtener instrucciones completas sobre el método de peinado en mojado. Para encontrar su unidad de salud pública local, visite [www2.gov.bc.ca/gov/content/health/about-bc-s-health-care-system/partners/health-authorities/regional-health-authorities](http://www2.gov.bc.ca/gov/content/health/about-bc-s-health-care-system/partners/health-authorities/regional-health-authorities).

### **Tratamientos con productos químicos**

En la mayoría de las farmacias hay disponibles sin receta médica champús, cremas, enjuagues y sprays que contienen un ingrediente que mata los piojos. Algunos de los ejemplos son la permetrina, la piretrina, el miristato de isopropilo y la dimeticona.

Algunos tratamientos químicos pueden no ser apropiados para bebés, niños pequeños, mujeres embarazadas o que están amamantando, o para otras personas. Hable con su proveedor de asistencia sanitaria para saber qué es lo mejor para usted o para su hijo. Siga siempre con cuidado las instrucciones de uso en la etiqueta y asegúrese de mantener los productos fuera del alcance de niños pequeños.

Después del tratamiento se debe revisar el pelo y quitar los huevos y los piojos. También se pueden quitar las liendres vacías, aunque no es absolutamente necesario, ya que son cáscaras vacías.

La mayoría de los tratamientos se repiten entre 7 y 10 días después para asegurarse de que cualquier piojo que haya nacido después del primer tratamiento muera antes de que tenga la oportunidad de poner huevos. También es importante revisar la cabeza buscando huevos y quitarlos después del segundo tratamiento. El picor puede continuar entre 7 y 10 días incluso después de un tratamiento eficaz.

Los piojos han empezado a desarrollar resistencia a muchos de los productos químicos. Si cree que el producto no está haciendo efecto después de 24 a 48 horas, use el método del peinado en mojado para detectar piojos. Si se encuentran piojos, use un método de tratamiento diferente. Los piojos no pueden desarrollar resistencia a tratamientos no químicos.

### **¿Cuándo debo llamar a mi proveedor de asistencia sanitaria?**

Llame a su proveedor de asistencia sanitaria si los tratamientos realizados no funcionan o si no tiene claro qué tipo de tratamiento es el más adecuado para usted o su hijo. Los tratamientos químicos para las mujeres embarazadas o que estén amamantando y de niños menores de 4 años de edad solo se deberían administrar bajo la dirección de un proveedor de asistencia sanitaria.

### **¿Qué opciones no se recomiendan para tratar los piojos?**

Algunos métodos y productos no se deben usar porque no son seguros o no funcionan. Entre estos productos se incluyen: sprays contra insectos, aceite para el motor, gasolina, alcohol, jabón para las pulgas, tintes, lejías, calor aplicado al cuero cabelludo, ajo, aceite de árbol de té y otros aceites esenciales, peines eléctricos contra piojos y rapar la cabeza.

### **¿Qué debe limpiarse?**

Los piojos sanos rara vez abandonan el cuero cabelludo y si lo hacen, solo pueden sobrevivir entre 24 y 55 horas. Los piojos no se transmiten a través del contacto con los muebles, mascotas o alfombras. No existen pruebas de que se necesite una limpieza a fondo de la casa o del automóvil. Los sombreros, fundas de almohada, peines y cepillos de pelo que hayan entrado en contacto con la cabeza de la persona con piojos en las últimas 48 horas se pueden lavar con agua caliente jabonosa. Puede poner en una bolsa de plástico durante 2 semanas aquellos artículos que no se puedan lavar, o los puede poner en el congelador durante 48 horas. Limpie los artículos que haya usado para el peinado en mojado con agua caliente jabonosa.