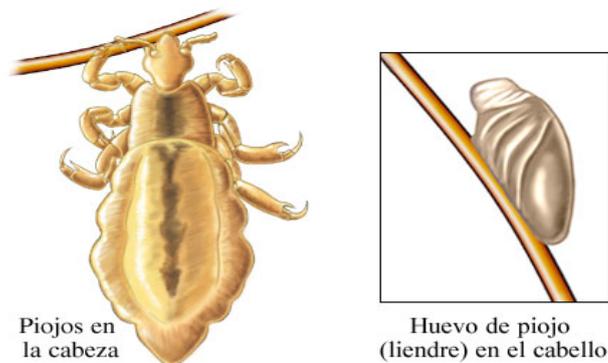


# GUÍA DE PREVENCIÓN Y TRATAMIENTO DE LOS PIOJOS



## ¿Qué son los piojos?

Los piojos (*Pediculus humanus capitis*) son insectos que viven sobre el cuero cabelludo y cabellos del ser humano. Son del tamaño de una semilla de sésamo, su color oscila entre el blanco grisáceo y el canela, tienen seis patas que terminan en garras, con las que se sujetan firmemente al pelo. Se alimentan de sangre que chupan a través de la piel. No transmiten enfermedades, pero si se pueden originar infecciones de las heridas producidas por el rascado continuo y de las picaduras, si las manos están sucias. Los piojos viven unos treinta días, y no son capaces de sobrevivir más de 24 horas sin alimentarse, es decir fuera del cuero cabelludo.



## Ciclo vital del piojo

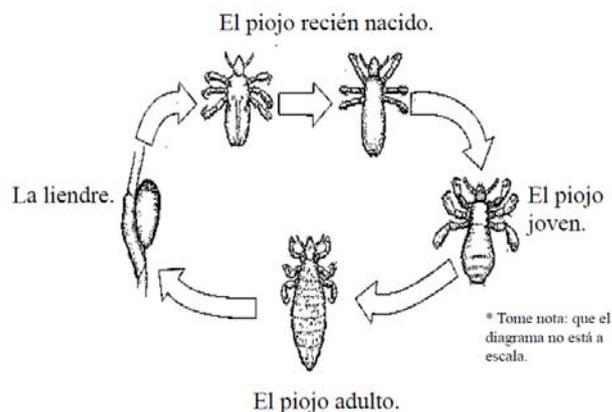
Cuando un piojo hembra llega a la cabeza de una persona, comienza a poner sus huevos (liendres) junto con una especie de goma que adhiere firmemente las liendres al cabello.

En los treinta días de vida del piojo, la hembra es capaz de poner unos 200 huevos.

Los piojos nacen después de una semana, entre una y dos semanas después se convierten en piojos adultos, capaz de reproducirse.

Los piojos adultos viven entre 9 y 10 días.

Solo se necesitan 16 días para que una liendre se vuelva piojo capaz de poner más huevos.



### ¿Cómo se contagian?

Los piojos no saltan ni vuelan, pero si que andan, así que pueden pasarse por los objetos personales, tales como peines, cepillos, bufandas, gorros, sábanas, toallas, así como por los asientos y pupitres del cole. También pueden pasar de una cabeza a otra si los niños están muy juntos.



### ¿Cómo detectarlos?

El primer síntoma es que el niño se rasque frecuentemente la cabeza, aunque no siempre el picor comienza de manera inmediata, depende de lo sensible que sea la piel.

Para confirmar su existencia:

- Disponer de una buena fuente de luz ( la mejor la luz natural). Los piojos huyen de la luz, con lo que nos servirá para detectar las liendres.
- Observar el cabello mechón a mechón, de forma ordenada, fijarse sobre todo en la parte posterior del cuello, detrás de las orejas y parte superior de la cabeza.
- Las liendres son muy pequeñas, parecen caspa, pero no se desprenden fácilmente del pelo, son de color blanco amarillento, o gris, brillantes.

### ¿Qué hacer si se detectan piojos?

- Tranquilidad, es una infestación que se puede controlar.
- Comuníquelo al centro escolar.
- Acudir a una farmacia para que les aconsejen el mejor tratamiento.
- No acudir al centro sin haberle aplicado el tratamiento.
- Revisar al resto de los miembros de la familia.

### Normas para el tratamiento correcto:

1. Mojar todo el cabello y cuero cabelludo con una loción antipiojos (la que les recomienden en la farmacia), insistiendo especialmente detrás de las orejas y en la nuca.
2. Espere el tiempo que indique las instrucciones del producto.
3. Pasado ese tiempo lave y aclare el pelo de la forma habitual.
4. Retire las liendres y piojos muertos, **con el pelo mojado** con una lendrera

5. A. los siete días repetir el tratamiento para eliminar las larvas nacidas que hayan podido quedar antes de que se conviertan en adultos y reinicien el ciclo.
6. No usar el mismo producto más de tres veces seguidas, crean resistencias.
7. No usar crema suavizante o acondicionador antes de usar el producto.
8. No aplicar secador después de aplicar el tratamiento, algunos productos contienen compuestos inflamables y otros pierden eficacia.
9. No lavar el cabello en dos o tres días después de haber aplicado el producto.
10. Desinfectar la ropa y objetos de la siguiente manera:
  - Ropa lavable: (incluidas sábanas y toallas) en la lavadora a más de 55º.
  - Ropa no lavable: metiéndola en una bolsa de plástico cerrada durante 10-15 días (periodo en el que eclosionan las liendres, el piojo adulto no puede sobrevivir sin alimento). Después hay que planchar la ropa, especialmente las costuras.
  - Los peines, cepillos, diademas: introduciéndolos en agua muy caliente durante 10 minutos o en una bolsa de plástico durante 10-15 días.
  - Pasar la aspiradora por toda la casa, especialmente alfombras, cojines, sillones,... No es necesario usar insecticidas.

#### ¿Qué hacer para prevenir el contagio?

- Evitar el contacto cabeza-cabeza ( cosa imposible a estas edades)
- No compartir peines, diademas, gorros, bufandas, toallas,...
- Examinar a los niños todas las semanas, y cada tres o cuatro días si se les ha puesto el tratamiento.
- Si no se retiran todas las liendres, el tratamiento no servirá, puesto que el ciclo volverá a comenzar.
- Recoger el cabello largo, se transmiten más si el pelo está suelto.

Con paciencia y siguiendo las instrucciones de los tratamientos al pie de la letra y estas recomendaciones, se puede erradicar el problema. Pongamos todos de nuestra parte y revisemos a nuestros niños todos los viernes y así si encontramos liendres o piojos podremos poner el tratamiento el fin de semana y volver el lunes al cole sin esos bichitos tan molestos.

