



¿Qué son los piojos y qué molestias causan?

Los piojos son parásitos que se alimentan de sangre humana y que necesitan de calor y humedad para vivir. Se transmiten por el contacto directo entre cabezas como también por el compartir de objetos como peines y gorros.

Los piojos provocan picores en la cabeza de los niños debido a la saliva que inyectan cuando pican para alimentarse de la sangre humana.

1 de cada 4 niños en edad escolar, contraen piojos.

Los piojos contagian más a los niños, de entre 3 y 10 años, porque a estas edades es cuando hay más contacto físico, pero nadie está a salvo de contraer piojos por lo que su prevención es más que necesaria.

¿Cómo nace y vive un piojo?

Los piojos hembras ponen los huevos o liendres. Pueden poner 10 en un solo día, y durante toda su vida ponen unos 200.

Después de una semana o de una semana y media de poner los huevos, aparecen las ninfas, y después de cambiar y crecer, 15 días más tarde ya son adultos, es decir, ya son piojos.

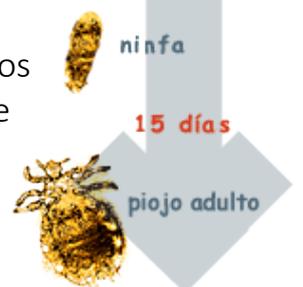
● huevo o liendre

5/11 días

ninfa

15 días

piojo adulto



¿Qué son los piojos y qué molestias causan?

Nadie está a salvo de contraer piojos por lo que su prevención es más que necesaria.

Los piojos no vuelan, por lo que se transmiten de cabeza a cabeza o mediante gorros, bufandas o sábanas.

Así visto, parece inevitable el contagio, ya que no podemos controlar a nuestros hijos 24 horas al día y en los juegos infantiles es habitual tocarse y estar junto a otros niños para realizar actividades.

Podemos hacer todo lo posible **para prevenirlos** os damos **cinco pautas** para lograrlo:

1. **Pelo corto o recogido:** A los piojos les gusta un entorno cálido por lo que suelen acomodarse especialmente en la zona de la nuca o tras las orejas.
2. **Cuestión de ph:** Podemos intentar incrementar la acidez del ph del cuero cabelludo utilizando vinagre templado después de lavar el pelo de nuestros hijos o zumo de limón.
3. **Lociones preventivas:** Es importante no confundir este tipo de producto (repelentes) con los que se utilizar para eliminarlos una vez se ha producida la infección.
4. **Revisiones periódicas:** Es imprescindible para acotar la expansión de estos parásitos que semanalmente o cada quince días revisemos las cabezas de nuestros hijos observando atentamente el cuero cabelludo y la raíz del cabello.
5. **Ojo con la ropa, los gorros y peines:** Hay que mantener una buena higiene en los gorros y bufandas lavándolos en agua caliente, en el caso de infestación hay que lavarlos a altas temperaturas, congelar el objeto o aislar en una bolsa cerrada 48 horas, ya que el piojo tiene una vida de 36 horas fuera del cuero cabelludo.



Eliminación de los piojos

Eliminación mecánica manual de piojos y liendres: Con liendrera y mechón a mechón de pelo

Los pediculicidas tradicionales (lociones anti-piojos): Dado la aparición de focos de resistencia en España y en otros muchos países del mundo (y que los piojos se están haciendo muy fuertes) estos insecticidas químicos son cada vez menos recomendables debido al alto índice de fracasos.

Los pediculicidas nuevos ya no contienen insecticidas químicos: Estos son derivados de la silicona, estos productos tienen muchas más probabilidades de funcionar. Hay que seguir bien las instrucciones, sobre todo respecto al **segundo tratamiento a los 8 o 10 días** dado que pocos productos matan las liendres (los huevos), con lo cual el piojo sale de la liendre a los 6-7 ahí es donde hay que volver a tratar la cabeza para matar los piojos de las liendres que el primer tratamiento no murieron ya que es muy difícil acabar con ellas. **ESTE PASO ES FUNDAMENTAL PARA ACABAR CON ELLOS**

Por lo que o se matan todas las liendres mecánicamente o hay que hacer un segundo tratamiento a los 8-10 días para acabar con los piojos jóvenes que han eclosionado en este periodo. Conviene hacer las dos cosas sobre todo con infestaciones de larga duración.



Una vez eliminados tendremos que seguir las recomendaciones de PREVENCIÓN PARA EVITAR DE NUEVO LA INFECCIÓN.

Cuadro resumen

Prevención

- * Pelo recogido o corto (nuca despejada)
- * Uso de repelentes en época escolar (árbol de té en el champú).
- * Revisiones periódicas.
- * Observar y prestar atención si el niño se rasca mucho detrás de las orejas o en la nuca, es donde más se alojan los piojos.

Mitos

- * Los piojos no son indicativos de suciedad, todo lo contrario, los piojos tienen preferencia por un pelo limpio, ya que en este no hay obstáculos que le impidan llegar al cuero cabelludo, sin embargo el pelo sucio, precisamente por la misma suciedad y grasa, dificulta al piojo llegar al cuero cabelludo.

Tratamiento

- * Se recomiendan pediculicidas sin insecticidas químicos.
- * Aplicar tratamiento siguiendo a la perfección las instrucciones de aplicación.
- * Pasar liendreras una vez el tratamiento aplicado.
- * **A los 8-10 días repetir tratamiento** para eliminar los piojos de las liendres que quedaron del anterior tratamiento. **SI NO SE REALIZA ESTE PASO LA ELIMINACIÓN DE LOS PIOJOS PROBABLEMENTE FRACASARÁ.**
- * Lavar a temperaturas altas la ropa que haya estado en contacto.
- * Guardar la ropa que no se pueda lavar en una bolsa cerrada 48 horas, ya que el piojo vive 36 horas fuera del cuero cabelludo.
- * Meter los peines en el congelador 24 horas bien envueltos en doble bolsa.

Recomendaciones

- * Revisar a los alumnos/as cuando el colegio informe de la presencia de piojos.
- * Cuando se confirme la presencia de piojos, NO llevar al alumno/a al colegio hasta no haber recibido el tratamiento anti piojos.
- * Muy importante repetir tratamiento a los 8-10 días.
- * **INFORMAR AL TUTOR** de la infestación.

