

## Hoja informativa sobre Piojos.

Los piojos pueden afectar a cualquier persona, no dependen del nivel socioeconómico o de los hábitos de higiene.

Los piojos de la cabeza aunque son muy molestos, en si no son un peligro para la salud. No son una muestra de mala higiene y no propagan enfermedades.

### ¿Qué son los piojos?

Son pequeños insectos que viven y andan en el pelo. Son de color gris, café o negro y pueden ser difíciles de ver. Tienen forma alargada y miden unos 2 milímetros. Son chatos y no tienen alas.

Los piojos necesitan la sangre humana para vivir y mueren en 24 horas si no encuentran "comida".

Los piojos ponen huevos (liendres) en el pelo cerca del cuero cabelludo. Se necesitan 6 días para que los piojos salgan de los huevos (liendres).

Las liendres son más fáciles de ver que los piojos. Tienen forma de huevo, son de color blanquecino y parecen pequeños granos de azúcar, están muy pegadas al pelo, muy cerca de la raíz.

Tardan de 3 a 4 semanas en convertirse en piojo y con frecuencia se ven en el pelo detrás de las orejas y en la nuca, también por la coronilla.



### ¿Cuáles son los síntomas?

Lo más frecuente es el picor en la cabeza, sobre todo detrás de las orejas y en la nuca. Si eso ocurre hay que mirar la cabeza buscando los piojos o liendres.

### ¿Cómo se contagian los piojos?

El contagio se produce por contacto directo a través del contacto de cabeza a cabeza con otra persona que tenga piojos (los piojos no vuelan ni saltan).

También a través de objetos contaminados al intercambiar sombreros, gorros, peines, cepillos de pelo, la ropa de cama, bufandas, ropa, toallas, etc., o guardar ropa usada por alguien que tenga piojos en el mismo armario o guardarropa.

Ojo a los jóvenes que usen el mismo casco para la moto.

Los animales caseros no portan los piojos.

### ¿Cómo buscar si el niño o la niña tiene piojos?

Es necesario revisar concienzudamente la cabeza, desde el nacimiento del pelo, de forma ordenada y mechón por mechón. Sobre todo buscar detrás de las orejas y en la nuca.

El más fácil ver las liendres que los piojos. Las liendres a veces se confunden con caspa, pero se distingue porque la caspa se despega fácilmente y la liendre no, está muy pegada al pelo.

#### Para ver las liendres:

- Emplear suficiente tiempo. Si el pelo es largo y grueso puede llevar hasta una hora.
- Trabajar con buena luz.
- Separar de forma ordenada el pelo por mechones, mirando muy detenidamente.
- Buscar sobre todo por la raíz del pelo y detrás de las orejas y nuca. Si es necesario use una lupa.
- Las liendres están muy pegadas al pelo y cuesta mucho separarlas.

## TRATAMIENTO:

El tratamiento con lociones o champú sólo debe usarse en caso de tener piojos y/o liendres, nunca preventivo.

Hay que revisar a todos los miembros de la familia y poner el tratamiento si se ven los piojos y/o liendres.

En el momento que se han visto en la cabeza es cuando se pone el tratamiento.

El tratamiento más recomendado es de LOCION que puede acompañarse o no de champú insecticida.

**EL TRATAMIENTO ES EFICAZ EN EL PRIMER DÍA, NADA MÁS PONERLO YA NO SE CONTAGIA.**

### Procedimiento para un tratamiento correcto:

1.- Con el pelo seco, sin lavar, poner la loción para piojos y extenderla bien por toda la cabeza, frotando suave pero insistiendo en toda la cabeza y sobre todo detrás de las orejas y en la nuca.

2.- Tapar la cabeza con un gorro de plástico de ducha, no con la toalla, y dejar actuar la loción el tiempo que indique el fabricante (depende del producto).

3.- Después de esperar el tiempo que indica las instrucciones de la loción que se ha usado, lavar la cabeza con champú normal o si se quiere con champú para piojos extendiendo bien el champú por toda la cabeza igual que se hizo con la loción y esperar 10 minutos para aclarar.

4.- Aclarar la cabeza con agua y vinagre blanco para que se ablanden las liendres y puedan despegarse más fácilmente. Se pone dos tercios de agua y un tercio de vinagre. No secar con secador.

5.- Peinar el pelo con un peine especial para liendres y si no se despegan, quitarlas con pinzas o con la mano.

6.- Repetir el tratamiento completo a la semana a todas las personas infectadas.

7.- Meter los peines, cepillos y adornos del pelo en agua caliente (50º) y jabón durante 10 minutos, o meterlos en un recipiente con la loción insecticida.

8.- Lavar toda la ropa que niño o niña infectados haya usado los tres días anteriores a descubrirle los piojos y las liendres (gorros, bufandas, abrigos, etc.) y también de la cama, en agua caliente (50º). Planchar después con vapor.

9.- Si hay cosas que no se pueden lavar llevarlas a la tintorería o meterlas en una bolsa de plástico cerrada durante 10 días.

10.- Limpiar a fondo la casa, a ser posible con la aspiradora, sobre todo por los sofás tapizados, alfombras, etc. y cambie luego la bolsa de la aspiradora por una nueva.

## PREVENCIÓN:

Revise la cabeza de sus hijos una vez por semana, de la forma que se ha explicado anteriormente.

Mantenga las normas de higiene básica. Lavado de cabeza 2-3 veces por semana.

No compartir peines, gorros ni adornos de pelo.

Si repetidamente se padece piojos:

- Consulte a su pediatra o médico de familia.

- Avisar en el colegio o guardería si el niño o niña tiene piojos y poner ese mismo día el tratamiento.

Esta hoja es informativa, y en ningún caso puede sustituir el diagnóstico realizado por el médico.  
Si tienes dudas acerca de esta enfermedad, o crees que puedes padecerla, consulta con tu médico.