

GUÍA DE ACTUACIÓN ANTE LA PEDICULOSIS DE LA CABEZA (PIOJOS)

Qué es el piojo

El piojo es un insecto-parásito que vive únicamente en las personas, pudiendo asentarse en varias zonas, generalmente en la cabeza. La infestación de estos insectos se conoce con el nombre de pediculosis.

Esta infestación es más frecuente en niños entre 3 y 11 años, sobre todo en las niñas (dado que es más habitual que tengan el pelo largo).

Su ciclo vital es de 20-30 días y se reproduce rápidamente, cada hembra pone de unos cien a trescientos huevos, llamados liendres. Las liendres son de color blanco grisáceo, miden 1 mm y tienen un brillo nacarado, lo que las diferencia de la caspa, y están fuertemente adheridas a la base del cabello. Hacen falta de 7 a 10 días para que se incube el huevo y se desarrolle la larva. Por la situación de la liendre respecto al cuero cabelludo se puede saber la antigüedad de la infestación. La liendre es depositada y fijada a 6 mm de la piel de la cabeza; toda liendre situada a más de 2 cm está vacía.

Recuerde:

“Los piojos ni vuelan ni saltan, pero sí andan”

CÓMO APARECEN LOS PIOJOS

La forma más frecuente de transmisión es por el contacto directo con la cabeza o el cuerpo de la persona infestada. Pasan de una cabeza a otra con gran facilidad.

Pero existen también otras vías de transmisión indirecta, como es el utilizar peines, cepillos, gorras, toallas, ropa de vestir y de cama y otros objetos contaminados (poco importante en piojos de la cabeza).

Los piojos de la cabeza afectan a cabellos sanos y limpios de personas de cualquier estrato social y económico; y los piojos del cuerpo o del pubis, se relacionan más con la falta de higiene.

La pediculosis de la cabeza es muy normal entre los niños, es más frecuente encontrarla en los más pequeños entre los 4 y 6 años, seguidos por el grupo de niños que tienen entre 6 y 10 años.

Debemos tener siempre muy presente que:

“El contagio no tiene nada que ver con la higiene, todos los niños se pueden contagiar”

“Llevar piojos no es motivo de vergüenza”

CÓMO EVITAR EL CONTAGIO

- 1 Evitar el contacto físico con las personas infestadas y con sus pertenencias.
- 2 Acostumbrarse a mirar con regularidad la cabeza de los niños, al menos 2 ó 3 veces por semana, especialmente si se rascan la cabeza. ¡No olvidéis revisar la nuca, el flequillo y detrás de las orejas!
- 3 Hay que lavarles la cabeza a los niños con frecuencia, mínimo dos o tres veces por semana.
- 4 Peinar el pelo de los niños a diario.
- 5 Limpiar los peines y cepillos con frecuencia.
- 6 Enseñar a los niños que no deben compartir o intercambiar: peines y cepillos, gorras, diademas, etc.
- 7 Los animales domésticos no transmiten los piojos a las personas, así que no hay que aplicar precauciones especiales con ellos.

Y recordar:

"Cortar el pelo del niño es una medida inútil tanto para prevenir como para tratar"

SE RASCA MUCHO LA CABEZA

Cuando veamos al niño rascarse la cabeza y quejarse del picor lo que debemos pensar es que pudiera deberse a una infestación por piojos. En tal caso lo que haremos es revisar la cabeza para buscar piojos o liendres.

Ante la duda y para asegurarnos pasaremos un peine de púas finas por el pelo, colocando debajo un papel blanco. Las liendres caerán sobre el papel y podremos ver pequeños puntos grisáceos.

Y recordar:

"Si hay liendres, seguramente hay piojos"

A MI HIJO LE HE ENCONTRADO UN PIOJO

Hay que actuar rápidamente para instaurar soluciones y evitar contagiar a otras personas: Los objetos contaminados (ropa de vestir, de cama, toallas y otros) deben lavarse con agua caliente (al menos 55^a C). Si no se puede utilizar lavadora se lavará en seco, o se dejará la ropa almacenada en bolsas cerradas durante 15 días (en ese tiempo todos los parásitos estarán muertos).

Se planchará las prendas limpias, especialmente las costuras, como forma de destruir restos de huevos que estuviesen ahí alojados.

Los peines, cepillos, gorras, cintas de pelo etc., deben sumergirse en agua hirviendo durante 10 minutos o guardarse en bolsas cerradas durante 12-15 días.

No es necesario desinfectar muebles como sillas o sofás ni utilizar insecticidas ambientales en aerosoles. Lo que se recomienda es pasar bien la aspiradora por los suelos, alfombras y tapizados de la habitación.

Y recordar:

“Si encuentras piojos o liendres en la cabeza de tu niño deberás comunicarlo rápidamente al colegio”

¿LOS NIÑOS CON PIOJOS DEBEN IR AL COLEGIO?

La transmisión se produce principalmente entre niños en los colegios, aunque probablemente los piojos lleven semanas en la cabeza del niño en el momento del diagnóstico, y unas pocas horas más en la escuela no contribuyen de forma importante a la transmisión de los parásitos.

Por otro lado, tres cuartas partes de los niños con liendres no están infestados en el momento en que un adulto se las encuentra por primera vez, es decir, no tienen piojos adultos (que son los que se transmiten).

Por todo ello, los expertos no recomiendan que los niños dejen de asistir a la escuela por tener piojos o liendres.

Es por tanto razonable que los niños no interrumpan su asistencia al colegio. No obstante, se debería empezar a aplicar el tratamiento pediculicida en el menor tiempo posible, para evitar la propagación al resto de los niños, teniendo en cuenta que los niños ya infestados deben comenzar el tratamiento en el mismo día.

¿CÓMO SE ELIMINAN LOS PIOJOS?

Antes de comenzar con el tratamiento para los piojos es importante que sepan:

1. Sólo daremos el tratamiento antiparasitario cuando estemos seguros de que el niño está infestado, **NUNCA LO UTILIZAREMOS PARA PREVENIR** (aunque en la clase haya otros niños con piojos).
2. El tratamiento, cuando se instaura, se debe repetir entre 7 y 10 días después. El motivo es que los pediculicidas eliminan los piojos pero no las liendres que puedan haber quedado, sin embargo después de este periodo de tiempo el huevo ya se habrá convertido en larva, la cual será fácilmente eliminada en este segundo ciclo de tratamiento.
3. Es **MUY IMPORTANTE** que todos los alumnos infestados inicien el tratamiento simultáneamente, porque si no los niños que ya hayan recibido el tratamiento se volverán a infestar por los niños que aún no se hayan tratado, lo cual impedirá terminar con los piojos. Una buena forma de sincronización es que el profesor elija la fecha de iniciar el tratamiento y se lo comunique a los padres, que seguirán sus instrucciones.

TRATAMIENTO DE LA PEDICULOSIS

1. El tratamiento se basa en aplicar un insecticida específico en forma de cremas, champús y/o lociones (la presentación más eficaz es en forma de loción). Dentro de los insecticidas los de elección son los piretroides y entre ellos la Permetrina al 1% (que incluso lo pueden usar las embarazadas). Se evitarán fórmulas con alcohol en niños pequeños y en personas con asma.
2. Cuando exista una sospecha firme de resistencia al tratamiento anterior (siguiendo siempre la indicación de su médico), se recomienda usar una loción de malatión al 0,5%.
3. Se utilizará un único insecticida y cuando no de resultado se aplicará otro distinto. En caso de que fallen los anteriores, se pueden utilizar otros productos, siendo aconsejable su administración por indicación del médico por ser más tóxicos. Nunca se deben utilizar simultáneamente dos productos pediculicidas diferentes.
4. No utilice productos que contengan Lindano. Son muy tóxicos y dan lugar a la aparición de resistencias.
5. Los champús son menos eficaces, porque se diluyen con el agua y se eliminan con el aclarado. Además el tiempo de contacto del producto, con el pelo y cuero cabelludo, y su concentración son bajas, lo que disminuye su eficacia y favorece la aparición de resistencias.
6. Se recomienda aplicar los productos con guantes desechables. Debe evitar el contacto del pediculicida con la piel, ojos y mucosas del niño (interior de la boca y nariz). Si por error el contacto se produce habrá que lavarlos con agua abundante.
7. En la cabeza seca del niño aplicaremos la loción por todo el cuero cabelludo y el pelo (desde la raíz hasta las puntas), haciendo especial hincapié en la nuca y detrás de las orejas, dejándola actuar durante 10 minutos, o el tiempo especificado por el fabricante.
8. En caso de utilizar una presentación en forma de crema el cabello deberá estar húmedo, pero se deberá secar con una toalla, ya que el exceso de humedad hace que el producto resulte menos eficaz.
9. Es preferible no tapar la cabeza después de aplicar el producto, pero de hacerlo lo mejor es que se haga con un gorro de plástico, ya que las toallas absorben y retienen el pediculicida.
10. A continuación se lavará la cabeza del niño con champú normal, aclarándola después.
11. La práctica tradicional de aclarar el pelo con vinagre tras el lavado, no está demostrado que tenga algún efecto, en ningún caso se debe utilizar antes de iniciar el tratamiento, ya que un cambio en el pH del cabello puede afectar a la eficacia del pediculicida.
12. Todos los tratamientos químicos con pediculicidas deben acompañarse de la retirada mecánica de las liendres. Se puede hacer peinando al niño con un peine de púas muy juntas (lendrera). También se pueden eliminar las liendres con las manos, que parece ser lo más eficaz, localizándolas una a una con mucha paciencia, ya que con una sola que quede se podrá reproducir de nuevo la infestación.

Y recordar:

“Los pediculicidas, como al resto de los plaguicidas y medicamentos, tienen efectos adversos y deben utilizarse adecuadamente, con la finalidad de no inducir la aparición de resistencias”

“Si un niño no tiene piojos
NO debe utilizar NUNCA los pediculicidas como prevención”

USO DE PEDICULICIDAS EN CASOS ESPECIALES	
Niños menores de 6 meses	Nunca aplicar pediculicida.
Niños entre 6 meses y 2 años	No se recomienda utilizar ningún producto pediculicida.
Niños de cualquier edad	La primera opción de tratamiento debe ser la extracción mecánica (con lendrera o manual). No obstante, si la infestación persiste, se podría utilizar permetrina al 1%, bajo supervisión de su pediatra, siendo en este caso 15 minutos el tiempo máximo de aplicación.
Asmáticos de cualquier edad	Se evitarán pediculicidas que contengan alcohol.
Embarazadas	Se evitarán pediculicidas que contengan alcohol. Se puede utilizar un pediculicida: Permetrina al 1%.