

CONSEJOS A LOS PADRES DE FAMILIA PARA CONTROLAR LOS PIOJOS

Los piojos son insectos parásitos que se transmiten por medio del contacto con una persona infestada o artículos, tales como, alfombras, asientos del automóvil, sofás o por compartir sombreros, ropa, cascos, audífonos o artículos personales para el cabello. Los piojos se transmiten con más frecuencia en el hogar que en la escuela.

1. INSPECCIONE LA CABEZA DE SUS HIJOS.

- Inspeccione completamente el cabello de todos los miembros de la familia, sobre todo en las áreas cerca del cuero cabelludo, el cuello y detrás de las orejas. Las liendres (larvas de los piojos) se pegan firmemente a las hebras de pelo y por lo general son del color amarillo o blanco. El piojo adulto es del tamaño de una semilla de sésamo y es grisáceo blanco a amarillento. Utilice una lupa cuando inspeccione la cabeza de su hijo para que le ayude a detectarlos.
- La identificación correcta de las liendres es importante. No cualquier cosa que se deslice en el pelo es necesariamente una liendre.
- Los piojos que caminan son difíciles de ver, pero si se descubren liendres en un ¼ de pulgada en el cuero cabelludo, esto confirma la presencia de piojos vivos y la necesidad de que se aplique el tratamiento.

2. TRATAMIENTO PARA LA ELIMINACIÓN DE LOS PIOJOS.

- Permetrina o piretrina es el ingrediente más activo en la mayoría de los productos que se pueden comprar sin receta médica. El ingrediente más activo de preferencia es **permetrina**, el cual es un acondicionador que se conoce como Nix®* (1% de permetrina). Siga las instrucciones del tratamiento cuidadosamente, lavando primero el cabello con un champú que no contenga acondicionador.
- Use este producto solamente en las personas infestadas con piojos. Es importante aplicar un tratamiento por cada persona infectada. No divida el tratamiento entre las personas infestadas, no aplique un segundo tratamiento hasta después de 7 ó 10 días después del primero. El repetir el tratamiento puede ser peligroso y es innecesario.
- La eliminación diaria de los piojos y sus larvas con un peine metálico de dientes largos, es la medida más eficaz de eliminar los piojos. Peine la cabeza completamente todos los días (moje el pelo para que sea más fácil peinarlo) hasta que no encuentre más piojos o larvas. Cualquier liendre que no se puede remover con el peine se tiene que remover con las uñas, halando el pelo desde el cuero cabelludo o cortando el cabello al cual esté adherido. Un método útil para peinar las liendres es separar el cabello en secciones pequeñas. Después de peinarlas, asegúrelas con pinzas o pasadores para mantener control de lo que ya se ha peinado.
- Si los productos permetrina o piretrina no son efectivos, consulte a su médico sobre otros métodos para la eliminación de piojos que se encuentren disponibles mediante receta médica. Hasta ahora no hay evidencia científica comprobada que demuestre la eficacia de productos recetados en sofocar, ahogar o disolver el pegamento de las liendres.

3. CICLO DE VIDA DE LOS PIOJOS Y RECOMENDACIONES PARA LAVARSE EL PELO Y PREVENIR MÁS INFESTACIONES

- El piojo muere rápidamente (dentro de 2 días) sino se alimenta de la sangre de una persona.
- Las larvas de los piojos toman de 8 a 10 días para nacer y toma al menos 9 días para que una liendre se convierta en piojo y se reproduzca.

Las siguientes recomendaciones son útiles para evitar infectarse nuevamente de piojos:

- La ropa y sábanas se deben lavar en agua caliente (130°F) y se deben secar en un ciclo caliente al menos por 20 minutos.
- Los artículos que no se puedan lavar se pueden enviar a la tintorería o se pueden poner en una bolsa plástica sellada por dos semanas, para evitar que los piojos se alimenten de sangre.
- Remoje los cepillos, peines y accesorios para el cabello en alcohol o Lysol®* por una hora o hiérvalos en agua por 5 minutos.
- Limpie las alfombras y muebles con aspiradora. No rocíe con aerosoles para combatir las liendres.
- El cabello debe permanecer recogido con bandas elásticas para evitar el contacto de éste con el de otros niños.

Estas medidas pueden disminuir la posibilidad de reinfestación, pero no se deben de substituir por el tratamiento que se menciona anteriormente.

Adaptado de “Guía para los padres de familia sobre los piojos de cabeza”, Departamento de Servicios de Salud de California, 200SP