

# Hablemos ACERCA DE...

## Los piojos

Los piojos son insectos pequeños que viven en el cabello humano. Su color varía de café claro a negro. Tienen seis patas y son del tamaño del ajonjolí (semilla de sésamo). Los piojos viven en las áreas velludas del cuerpo y se alimentan mordiendo y chupando sangre, lo cual puede provocar comezón. La comezón es el síntoma más frecuente. Sus huevos (llamados liendres) son pequeños, plateados y ovalados. Las liendres son depositadas en el cuero cabelludo, especialmente en donde crece el cabello detrás del cuello y los oídos. Su período de incubación es de siete a diez días. Las liendres son mucho más fáciles de encontrar que los piojos. Sólo las liendres que se encuentran a un cuarto de pulgada (0.6 cm) o menos del cuero cabelludo se consideran vivas y activas. La caspa, pelusa y los restos de fijador para el cabello pueden confundirse con liendres, pero se pueden cepillar del cabello fácilmente. Las liendres son difíciles de eliminar y esto no se puede hacer con el cepillado del cabello.

Es común que los niños regresen con piojos en la cabeza de la escuela o la guardería. Estos pueden contagiarse a toda la familia, ya sea por contacto directo con la cabeza del niño o por contacto con la ropa o los efectos personales (como un cepillo o una banda para el cabello). Los piojos se desplazan lentamente, hasta 12 pulgadas (30 cm) por minuto. Los piojos no saltan ni vuelan. Una persona no puede contagiarse de piojos de un animal doméstico y tampoco puede contagiarlos a ellos. Los piojos sólo afectan a los humanos.

### ¿Cuál es el tratamiento para los piojos?

Hay varios productos disponibles para tratar los piojos, como champús y acondicionadores, que pueden obtenerse con o sin receta médica. Consulte a su médico o clínica de salud pública para elegir el producto apropiado.

Estos productos no deben usarse en bebés ni niños muy pequeños porque el medicamento se absorbe a través de la piel del niño y puede afectar al cerebro. Los piojos y liendres en los niños pequeños pueden retirarse a mano o con un peine para liendres que puede encontrar en la farmacia. Sólo es necesario retirar las liendres más cercanas al cuero cabelludo.

Es importante que siga las instrucciones al pie de la letra si usa un tratamiento para los piojos (champú o acondicionador). No obtendrá un mejor resultado si usa más cantidad del producto. El uso excesivo del producto puede irritar la piel y absorberse en el torrente sanguíneo, provocando efectos secundarios no deseados. Use el producto solamente en el cabello y en el cuero cabelludo. Si usa el champú en el cabello de su niño durante el baño, enjuáguele el cuerpo rápidamente. Siempre proteja los ojos del niño y use guantes de hule al aplicar el champú. Cepille o retire manualmente las liendres después del tratamiento inicial. El peine para liendres funciona mejor en el cabello ligeramente húmedo. Un tratamiento suele ser suficiente para matar los piojos, pero no las liendres. Por lo general, se necesita un segundo tratamiento después de 7 a 10 días.

### ¿Qué cuidados debo tener en casa?

Los piojos pueden vivir hasta 24 horas en la ropa o los artículos que hayan tenido contacto con el cabello. Las liendres y los piojos inmaduros pueden vivir incluso más tiempo. Entre los artículos más comunes que pueden contener piojos son las sábanas, abrigos, sombreros, muebles con tapiz, peines y cepillos de cabello. Para evitar que los piojos vuelvan a aparecer, es importante hacer lo siguiente:

- **Otros miembros de la familia:** Los miembros de la familia también deben usar el champú

contra piojos si tienen piojos o liendres activas. Luego los demás integrantes de la familia deben revisarse cada dos o tres días para ver si están infectados con piojos o liendres.

- **Ropa y artículos de cama:** Lave la ropa de forma normal en la lavadora con agua caliente. Esto debería matar a los piojos y sus huevos. La ropa que no se pueda lavar debe mandarse a la tintorería (lavado en seco) o colocarse en la secadora con aire caliente durante 20 minutos.
- **Muebles y alfombras:** Aspire los muebles con tapiz y las alfombras. No se recomienda fumigar, ya que los vapores son muy tóxicos para los humanos y animales.
- **Peines, cepillos y accesorios para el cabello:** Remoje estos artículos en productos eliminadores de piojos durante una hora o hiévalos en agua durante 10 minutos.
- **Otros artículos:** Los objetos que no puedan lavarse o aspirarse, como los animales de peluche, deben guardarse en una bolsa de plástico bien cerrada durante dos semanas. Si los piojos y sus huevos no tienen contacto con los humanos, no pueden sobrevivir por más de este tiempo. Después de 14 días, los artículos pueden sacarse de la bolsa sin riesgo de que continúen infectados con piojos.

## ¿Cómo puedo evitar los piojos?

Enséñeles a sus niños a no compartir peines, cepillos de cabello, sombreros ni abrigos. Revise el cabello de su niño si se queja de comezón. Use una secadora de pelo en el cabello de su niño y deshágase de los piojos lo más pronto posible. Esto puede evitar que se propaguen dentro de casa. Todas las personas que tengan contacto con un niño que tenga piojos deben revisarse, aunque sólo deben recibir tratamiento si están infectadas. Llame a su médico si los piojos continúan siendo un problema en casa.

## ¿A quién puedo llamar?

Llame a su médico o asesor médico, enfermera escolar, departamento local de salud pública o enfermera del Centro de Control de Infecciones del Hospital Primary Children's al 801.662.6311 si tiene más preguntas o si no puede deshacerse de los piojos.

Para más información, vaya a:

<http://www.cdc.gov/lice/head/factsheet.html>