



RECOMENDACIONES FRENTE A LA PEDICULOSIS (PIOJOS)

CONCEPTOS GENERALES

La pediculosis es una infestación del cabello y cuero cabelludo por el piojo de la cabeza, que es un insecto pequeño y sin alas, llamado *Pediculus humanus* (variedad *capitis*). Es un parásito específico de los seres humanos que se alimenta de sangre que chupa a través de la piel, por lo que no sobrevive mucho tiempo separado del lugar que habita y de su fuente de alimentación. Existen otras variedades de este insecto que afectan a otras regiones (vello del cuerpo y del pubis).

Las hembras adultas ponen los huevos (liendres), que se adhieren a los cabellos a una distancia de unos 6 mm de la raíz mediante una especie de "cemento" insoluble en agua. Cada insecto adulto puede poner hasta 200 huevos en sus 30 días de vida media. Las liendres son formaciones ovaladas de color blanquecino nacarado, de unos 0,5 mm de longitud, y son las que se pueden apreciar en una persona infestada, ya que la forma adulta del piojo no se suele ver. Se distinguen de la caspa y de la suciedad porque no se eliminan con un simple lavado, están sujetas al pelo y son difíciles de despegar, incluso con el peine.

Previamente a succionar la sangre, los piojos inoculan en la piel una sustancia que produce un prurito (picor) muy molesto. Por ello el síntoma más frecuente es el picor en la cabeza, sobre todo en la nuca y en la zona retroauricular (detrás de las orejas). En el cuero cabelludo se pueden producir lesiones por rascado localizadas, incluso con infecciones bacterianas secundarias que pueden acompañarse de adenopatías (ganglios) cervicales y/o retroauriculares. Por otra parte, estos piojos no transmiten otras enfermedades ni presentan otros riesgos significativos para la salud.

La pediculosis se transmite por contacto directo con una persona infestada, por la proximidad de las cabezas entre los niños, por compartir utensilios personales (peines, adornos y gomas del pelo, gorros, bufandas, toallas, ropas de cama), o por recostarse en alfombras, sillas o sofás infestados. Puede aparecer en todos los niveles sociales, tanto en adultos como en niños, aunque es más frecuente en éstos últimos debido al mayor contacto físico y al intercambio de objetos personales.

La pediculosis debe sospecharse en todas las personas que presenten prurito en el cuero cabelludo, y el diagnóstico se realiza por la observación de las liendres, sobre todo en la región de la nuca y detrás de las orejas.



TRATAMIENTO DE LA PEDICULOSIS

Para realizar un tratamiento eficaz, actualmente se recomienda utilizar, como primera elección, una **loción pediculicida** que contenga **permetrina al 1,5%**. Esta sustancia es un insecticida sintético de la familia de los "piretroides de segunda generación", que se caracteriza por tener una importante eficacia y una toxicidad prácticamente nula para las personas. Además de la loción, se puede utilizar un **champú pediculicida** con la misma composición, pero no como sustituto de ella.

Se recomienda seguir las siguientes normas para su aplicación:

1. No lavar el cabello antes de aplicar la loción.
2. Mojar todo el cabello y cuero cabelludo con la loción pediculicida de modo que quede mojada toda la base de la cabeza, aplicándola con una suave fricción, insistiendo en la nuca y detrás de las orejas. Para lograr una mayor eficacia se puede cubrir la cabeza con un **gorro de plástico o una toalla**.
3. Dejar actuar el producto de 2 a 4 horas. En casos donde exista una gran cantidad de cabello o una gran infestación, se recomienda prolongar el tiempo de actuación, de modo que si se aplica por la tarde puede dejarse toda la noche hasta el día siguiente.
4. Transcurrido ese tiempo, lavar el cabello con **champú normal o pediculicida**.
5. Aclarar con agua y vinagre (una parte de vinagre y dos de agua) ya que ayuda a deshacer la sustancia que adhiere las liendres al pelo. Secar el pelo al aire con ayuda de una toalla (es preferible no utilizar secador, o bien usarlo a potencia baja).
6. Peinar el pelo para quitar las liendres adheridas con un peine de púas muy juntas (liendrera), y/o con los dedos.
7. El tratamiento debe repetirse a los 10 días para eliminar las liendres que hubieran podido sobrevivir.

Todos los convivientes de la persona afectada que presenten liendres o piojos también deben realizar este tratamiento; en cambio, **NO** se debe aplicar indiscriminadamente a las personas que no los tienen, pues no es útil como medida preventiva y además existe riesgo de aparición de resistencias al producto a largo plazo.

OTRAS MEDIDAS HIGIÉNICAS RECOMENDADAS

1. Los gorros y adornos del pelo de tipo textil, así como ropa de cama, toallas y prendas que hayan entrado en contacto con la cabeza de las personas infestadas, se deben lavar con agua muy caliente y detergente (preferentemente en la lavadora, con agua a 55° durante al menos 20 minutos), y, si es posible, se secarán en secadora a temperatura elevada y/o se plancharán.
2. Los peines, cepillos y demás objetos no textiles que hayan contactado con la cabeza deben impregnarse con un insecticida que contenga permetrina (o con la misma loción pediculicida) e introducirse durante 2-4 horas en una bolsa de plástico bien cerrada, lavándolos posteriormente con agua y jabón.
3. Los abrigos, mantas y otras prendas que no puedan lavarse se guardarán en una bolsa de plástico bien cerrada durante al menos 15 días antes de volver a utilizarlas. Además, pueden pulverizarse con un insecticida que contenga permetrina.
4. Pasar el aspirador concienzudamente por la habitación de la persona que haya sido parasitada, insistiendo en el colchón, la alfombra, etc.



RECOMENDACIONES PARA PREVENIR LA PEDICULOSIS Y SU TRANSMISIÓN

Para evitar en lo posible adquirir y contagiar la pediculosis se recomiendan unas medidas higiénicas sencillas:

- Peinar y cepillar el pelo diariamente
- Lavar el pelo con frecuencia (1 ó 2 veces por semana)
- Limpiar y lavar los peines y cepillos con frecuencia
- Revisar periódicamente el pelo y el cuero cabelludo de los niños, sobre todo detrás de las orejas y en la nuca
- Revisar inmediatamente el pelo y el cuero cabelludo de los niños o adultos de la familia que presenten picor o rascado de la cabeza
- No compartir ni intercambiar con otras personas objetos personales tales como peines, adornos del pelo, gorros, etc.

MEDIDAS PREVENTIVAS EN COLECTIVOS ESCOLARES

- Dado que la pediculosis no entraña ningún riesgo para la salud y además se dispone de un tratamiento eficaz y aplicable en muy poco tiempo, en principio no estaría justificada la exclusión de los niños/as infectados/as del medio escolar, no siendo necesario ningún tipo de aislamiento o cuarentena.
- No obstante, existen ocasiones en las que se observa persistencia en el tiempo de casos de pediculosis en un determinado colectivo escolar; la razón que explica estas situaciones suele ser que no todas las personas afectadas realizan correctamente el tratamiento en el momento adecuado; por ello, en estos casos puede ser necesario que el Centro tome medidas especiales:
 1. Asegurarse de que las familias de todos los escolares que puedan estar afectados por la pediculosis reciben instrucciones concretas por escrito (y, si fuera necesario, también verbalmente) para tratarla y prevenirla.
 2. Transmitir a las familias el mensaje sobre la importancia de poner en práctica dichas instrucciones en tiempo y forma adecuadas.
 3. Valorar la posibilidad de que existan escolares con problemas sociofamiliares o algún tipo de marginalidad que impidan o dificulten la puesta en práctica de estas medidas; y, en ese caso, recabar la intervención del trabajador/a social de referencia.
 4. Si a pesar de tomar estas medidas no se controla el problema, puede estar justificada la separación temporal del niño/a afectado/a del medio escolar mientras dure el tratamiento y hasta que su pediatra corrobore que ha desaparecido la infestación.