

Piojos

¿Qué son, cómo se transmiten y cómo prevenirlos?

Los piojos (*Pediculus humanus capitis*) son ectoparásitos del tamaño de una semilla de ajonjolí.



Se alimentan de sangre humana



Tienen patas adaptadas para sujetarse del cabello



Necesitan del calor humano para reproducirse

Pediculosis es la infestación por piojos, que al alimentarse pueden transmitir enfermedades como tifo y fiebre de las trincheras.

Quiénes pueden tener piojos

- > Hombres y mujeres de todas las edades
- > Niñas y niños de entre 3 y 11 años
- > Las niñas son más propensas a tener piojos quizá por el tipo de juegos que realizan y por compartir artículos personales.



Cómo se transmiten los piojos

Principalmente por el contacto cabeza a cabeza

al jugar al compartir la cama en las actividades deportivas en las pijamadas



también pueden transmitirse por compartir peines, cepillos, almohadas, ropa de cama, entre otros.



Cómo identificar una infestación por piojos

Observándolos a simple vista bajo la luz natural o luz artificial intensa.

Ante la presencia de liendres (pequeños huevos de los piojos pegados al cabello, localizados comúnmente cerca de la nuca y detrás de las orejas).



Por pequeñas heridas en el cuero cabelludo que aparecen por el rascado constante.

Por la picazón que producen al alimentarse de sangre.

¿Qué hacer si alguien está infestado?

No hay un tratamiento 100% efectivo para eliminar los piojos, por lo que se puede combinar la remoción manual y el uso de sustancias champús o lociones anti piojos (pediculicidas).



Retirar manualmente los piojos y las liendres suele ser el método más efectivo. Para esto se recomienda

- > Utilizar luz natural o luz artificial potente al revisar
- > Lavarse las manos antes y después de revisar la cabeza
- > Usar un peine especial



Usar champús o lociones para tratar la pediculosis tiene varios propósitos

- > Matar los piojos adultos y las ninfas (pediculicida)
- > Eliminar los huevos (ovicida)

Para que este tratamiento sea más eficaz debe hacerse una vez que han "abierto" todos los huevos y antes de que se produzcan nuevos.

Siempre deben seguirse las instrucciones de la etiqueta y ante cualquier duda o reacción adversa consultar al médico.

¿Cómo eliminar los piojos de los objetos?

En la ropa y objetos



Lavarla durante 10 minutos con agua caliente, o secarla a temperatura alta por al menos 30 minutos.

En artículos personales

como cepillos y peines



Se deben lavar y secarse a temperatura alta por al menos 30 minutos, o dejarlos remojando en alcohol o desinfectante por una hora.

Los objetos que no pueden lavarse ni dejarse remojando deben guardarse en una bolsa hermética y aislarlos por 14 días a temperatura ambiente, o por un día a temperatura de congelación.

Precaución

Nunca usar líquidos inflamables o tóxicos como petróleo, keroseno, bencina, insecticidas y productos veterinarios.



Tips para prevenir una infestación

Evitar compartir objetos personales como cepillos, peines, almohadas, prendas de vestir y ropa de cama. Revisar la cabeza periódicamente en busca de piojos y liendres. Esto debe hacerse en privado.

Breves sobre los piojos

- > Los piojos son parásitos que solo infestan a los humanos, no a las mascotas
- > Los piojos no pueden saltar o volar de una cabeza a otra
- > Lavar el cabello con champú normal no elimina la infestación
- > La picazón que causa la pediculosis es una reacción alérgica a la saliva de los piojos
- > Los huevos de los piojos no pueden prosperar sin el calor del cuerpo humano
- > Los piojos no pueden vivir más de un par de días fuera de una cabeza

¿Tienes preguntas o buscas información para hacer una campaña en tu escuela? Escribe a



Dr. Ildelfonso Fernández Salas
ildelfonso.fernandez@insp.mx



Instituto Nacional de Salud Pública

Fuentes:

Michigan Department of Community Health, Michigan Head Lice Manual. A comprehensive guide to identify, treat, manage, and prevent head lice, 2012.
Massachusetts Department of Public Health, Piojos de la cabeza (pediculosis), Hoja informativa de salud pública, 2006.

Diseño y adaptación: Subdirección de Sistemas de Información/INSP