

## Si hay piojos ¿Cómo actuar?

- Se recomienda cortar el pelo, sobre todo en casos reincidentes, o recogerlo en una coleta.
- Aplicar el tratamiento específico recomendado por un profesional sanitario siguiendo las indicaciones del producto (pediculicida). Existen varios productos tópicos que han demostrado eficacia.
- Eliminar manualmente, con la ayuda de una lendreras, huevos y liendres.
- Repetir el tratamiento a los 7-10 días.
- Revisar cuidadosamente el cabello **de todos los miembros** de la unidad familiar. Informe a los contactos para que revisen el cabello por si ha habido contagio.

### Además:

- **Mantener la higiene corporal y del cuero cabelludo.** No usar secador, vinagre o acondicionadores, insecticidas, etc.
- Llevar las **uñas cortas y limpias** para evitar que se produzcan heridas al rascarse, y que se infecten.
- Si aparecen heridas infectadas (rojas, dolorosas, que supuran), consulte con un profesional sanitario, quien le indicará el tratamiento a seguir.

**LA RETIRADA DE LAS LIENDRES ES IMPRESCINDIBLE PARA EVITAR RECAÍDAS**

### ES RECOMENDABLE:

- Sumergir los peines en agua a 60° durante diez minutos.
- Lavar con agua a 60° la ropa: sábanas, gorros y bufandas. Secarlos con aire caliente. Plancharlos con vapor.
- Aspirar los colchones, alfombras, almohadas, cojines. Meter estas prendas o y utensilios en bolsas y cerrarlas herméticamente durante una semana. Eso también mata a los piojos.

## DECÁLOGO PARA ACABAR CON LOS PIOJOS

- 1** El único **tratamiento preventivo** es la **revisión** periódica de las cabezas de los niños y niñas. **No utilizar tratamientos (pediculicidas)** si no se ha detectado la presencia de piojos. No son útiles y los piojos crean resistencias.
- 2** **Evite compartir accesorios para el cabello**, peines, cepillos, etc.
- 3** **Mantenga recogido o corto el cabello.**
- 4** **Avise al colegio** y a las familias de sus compañeros y amigos de que su hijo o hija tiene piojos. Así evitamos más contagios.
- 5** **Revise al resto de miembros de la familia.**
- 6** **Inicie el tratamiento específico lo antes posible:** utilice un producto adecuado y siga las indicaciones para tratar los piojos.
- 7** **Compruebe los resultados** para asegurar el éxito del tratamiento: utilice una lendreras de púas finas para eliminar los piojos y liendres muertas.
- 8** **Mantenga limpios peines y lendreras**, sin compartirlos.
- 9** **Lave la ropa y juguetes al menos a 60°C** (esta temperatura mata los piojos y liendres). **Aspire colchones, alfombras, almohadas, cojines... o guarde la ropa y objetos en una bolsa de plástico** una semana. ¡Los piojos no sobreviven tanto tiempo fuera de la cabeza!
- 10** **Revise el cabello a los 7-10 días y repita el tratamiento**, para asegurar que ningún huevo haya eclosionado y producido nuevos piojos. **Vuelva a comprobar los resultados:** utilice una lendreras de púas finas.

**Si se ha procedido correctamente para eliminar los piojos, la falta al colegio no está justificada**



Servicio de Promoción y Educación para la Salud  
Dirección General de Salud Pública y Adicciones  
Consejería de Salud de la Región de Murcia  
Ronda de Levante, 11 – 30008, Murcia  
edusalud@carm.es Tfn.: 968 368 938 – 968 362 038

DEPÓSITO LEGAL MU 1482-2017



# LOS PIOJOS DE LA CABEZA

**INFORMACIÓN PARA MADRES Y PADRES**



## ¿Qué son los piojos de la cabeza?

– Los **piojos humanos de la cabeza** son pequeños insectos que se pueden encontrar en la cabeza, las cejas o la pestañas de las personas.

Pueden aparecer **en la raíz del cabello**, en forma de huevos o liendres (1-2 mm) de forma ovalada

y de color blanquecino, o **entre el cabello**, como piojo adulto (2-4 mm), de cuerpo alargado y color marrón parduzco.

– A través del cuero cabelludo se alimentan de la sangre humana varias veces al día.

– Los piojos no tienen alas, por lo que no vuelan y tampoco saltan de pelo en pelo, pero se mueven con gran rapidez.

– Este tipo de piojos no afectan a los animales ni estos lo transmiten.



## ¿Cuál es el ciclo de vida del piojo?

Los piojos viven aproximadamente 28 días. Se desarrollan en 3 fases: huevo o liendre, ninfa y piojo adulto. Los huevos recién puestos alcanzan la fase adulta en solo 12 - 14 días.

### HUEVOS O LIENDRES:

se encuentran de 4 a 6 mm del cuero cabelludo y no sobreviven si están más lejos. Incuban entre 6 y 9 días.

1

### NINFA:

similar al piojo adulto pero más pequeña (1,5 mm). Se convierte en adulto 7 días después de salir del huevo.

2

### CICLO DE VIDA

3

**PIOJO ADULTO:** se multiplica rápidamente y pone hasta 10 huevos por día.

## ¿Cuándo aparecen? ¿Cómo se transmiten?

Los piojos aparecen a lo largo de todo el año, y en cualquier ambiente, aunque los brotes son más frecuentes al inicio del curso escolar y en primavera.

En la infancia, no se relacionan con tener peor higiene. Al contrario: prefieren vivir en cabezas limpias. Por eso, tener piojos no es algo para avergonzarse.

Los piojos se transmiten por contacto directo de unas personas a otras al rozarse o tocarse las cabezas. Es probable su contagio al compartir accesorios como peines, gorros, etc.



## ¿Cuáles son sus síntomas?

A veces no producen síntomas, se detectan de forma casual al encontrar las liendres en la raíz del cabello. Lo más frecuente es que produzcan picor en la cabeza, debido a la irritación que provoca la saliva que inyecta el piojo en la piel mientras se alimenta.

En ocasiones puede observarse granitos por picadura en el cuero cabelludo, lesiones por rascado (que pueden infectarse) o malestar e irritación por el picor.

También puede aparecer dificultad para dormir, ya que son más activos en la oscuridad.

## Cómo saber si su hijo o hija tiene piojos

Con la ayuda de una lupa, **revise** cuidadosamente **el cuero cabelludo y el cabello a la luz del sol o utilizando una lámpara**. Comience siempre por la nuca y detrás de las orejas, que son las zonas más susceptibles.

Para que la **revisión** sea más **efectiva**, siga los siguientes pasos:

- Desenrede el pelo con un peine normal.
- Con el cabello seco y utilizando una lencería de púas finas, revise si aparecen piojos o liendres.
- Divida el cabello en cuatro partes y utilice la lencería para peinar el pelo lo más cerca posible del cuero cabelludo, prestando mucha atención a la nuca y la zona de detrás de las orejas.
- Después de peinar cada mechón, compruebe si existe algún piojo o liendre atrapados en las púas del peine. Realice este proceso sobre un fondo blanco, como un lavabo o una toalla, para distinguir fácilmente los piojos.

**NO UTILICE TRATAMIENTOS QUÍMICOS SI NO SE HA DETECTADO LA PRESENCIA DE PIOJOS. NO PREVIENEN Y PUEDEN CREAR RESISTENCIAS.**



**Los piojos no son peligrosos, no transmiten enfermedades**