

La pediculosis: lo que debe saber

La pediculosis es un problema común que suele afectar a los niños en edad escolar y a sus familias. Los piojos se pueden fijar al cabello de cualquier persona. No importa si el cabello está limpio o sucio. Los piojos también se encuentran en todo el mundo, en todo tipo de lugares diferentes, como en hogares o escuelas, o en el campo o en la ciudad. No importa qué tan limpio, sucio, rico o pobre sea el lugar o la persona.

Si bien la pediculosis puede ser una molestia, no provoca enfermedades graves ni transmite ninguna enfermedad. La pediculosis se puede tratar en el hogar, pero es importante verificar antes con el médico.

Aquí le presentamos información de la American Academy of Pediatrics (AAP) para ayudar a los padres y cuidadores a revisar, tratar y prevenir el contagio de la pediculosis.

¿Qué son los piojos?

Los piojos son pequeños insectos de un tamaño similar al de una semilla de sésamo (entre 2 y 3 mm [milímetros] de largo). Generalmente, sus cuerpos son claros y grises, pero su color puede variar. Uno de estos insectos muy pequeños se llama *piojo*.

Los piojos se alimentan de muy pequeñas cantidades de sangre del cuero cabelludo. No pueden sobrevivir por más de 1 día sin alimentarse de sangre.

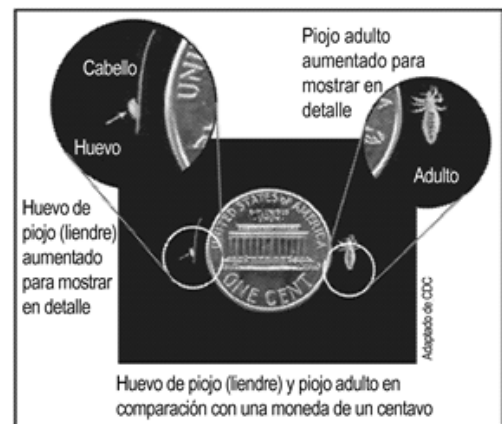
Los piojos ponen sus huevos y los adhieren al cabello, cerca del cuero cabelludo. Los huevos y sus cascarones se llaman *liendres*. Los huevos son ovalados y minúsculos (aproximadamente del tamaño del nudo de un hilo [0.8 mm de largo y 0.3 mm de ancho]) y generalmente son entre amarillos y blancos. Algunas liendres pueden camuflarse con el color de pelo de las personas, lo que las hace difíciles de ver. Suelen confundirse con caspa o restos de fijador para el pelo. Las liendres se adhieren al cabello con una sustancia pegajosa que las mantiene firmemente en el lugar. Después de que los huevos eclosionan, las liendres vacías permanecen en la base del cabello.

¿Cuál es el ciclo de vida del piojo?

Los piojos viven aproximadamente 28 días. Se desarrollan en 3 fases: huevo (también llamado *liendre*), ninfa y piojo adulto.

1. Huevo o liendre. Los huevos o liendres eclosionan de 7 a 12 días después de puestos (dependiendo de la temperatura que los rodee). Los huevos generalmente se encuentran de 4 a 6 mm del cuero cabelludo y no sobreviven si están más lejos.
2. Ninfa. La ninfa luce como un piojo adulto pero es mucho más pequeña [aproximadamente del tamaño de la cabeza de un alfiler (1.5 mm)]. Las ninfas se convierten en adultas aproximadamente 12 días después de salir del huevo.
3. Piojo adulto. Un piojo adulto puede multiplicarse rápidamente y poner hasta 10 huevos por día. Los huevos recién puestos tardan más o menos entre 12 y 14 días en llegar a la adultez.

Este ciclo se puede repetir cada 3 semanas si no se trata la pediculosis.



¿Qué tan comunes son los piojos?

Son más comunes en los niños en edad preescolar y que concurren a la escuela primaria. Todos los años, millones de niños en edad escolar en los Estados Unidos contraen pediculosis. Sin embargo, cualquier persona puede contraer pediculosis. Los piojos se encuentran en todo el mundo.

¿Cómo se contagian los piojos?

Los piojos son insectos que se arrastran. No pueden saltar, brincar ni volar. Los piojos se contagian principalmente por contacto cercano y prolongado entre una cabeza y otra. Hay muy pocas probabilidades de que los piojos se contagien cuando las personas comparten cosas tales como peines, cepillos, sombreros y cascos de deporte.

¿Cuáles son los síntomas de la pediculosis?

El síntoma más común es picazón en las áreas donde los piojos están presentes. Sin embargo, pueden pasar de 4 a 6 semanas después de que los piojos entran en contacto con el cuero cabelludo antes de que este se vuelva sensible

a la saliva de los piojos y comience la picazón. La mayor parte de la picazón se produce detrás de las orejas o del cuello. Además, la picazón provocada por la pediculosis puede durar semanas, incluso después de que ya no haya piojos.

¿Cómo puede controlar la pediculosis?

Una buena manera de detectar piojos antes de que tengan tiempo de multiplicarse e infectar (cuando se presentan en grandes cantidades) la cabeza de su hijo es haciendo controles periódicos.

- Siente a su hijo en una habitación muy iluminada.
- Sepárele el cabello en secciones.
- Busque piojos que se arrastren y liendres en el cuero cabelludo de su hijo, en una sección a la vez.
 - Los piojos vivos son difíciles de encontrar. Evitan la luz y se mueven rápidamente.
 - Las liendres tienen el aspecto de puntitos blancos o marrones amarillentos y están adheridas con firmeza al cabello cerca del cuero cabelludo. El lugar más fácil para encontrarlas es en la línea de cabello en la nuca o detrás de las orejas. Las liendres se pueden confundir con muchas otras cosas tales como caspa, partículas de suciedad o gotas de fijador para el cabello. La manera de diferenciarlas es que las liendres están firmemente adheridas al cabello, mientras que la caspa, la suciedad u otras partículas, no.
- Use un peine de dientes finos, especial para quitar piojos o liendres, como ayuda para explorar una a una las secciones del cuero cabelludo. (Consulte ¿Cuál es el método de peinado?).

¿Qué es el método de peinado?

El método de peinado puede usarse para ayudar a verificar la presencia de liendres y piojos o para ayudar a quitar las liendres y piojos después del tratamiento contra la pediculosis. Sin embargo, el método de peinado no suele funcionar por sí solo para eliminar la pediculosis.

Aquí le presentamos cómo utilizar el método de peinado.

Paso 1: Moje el cabello de su hijo.

Paso 2: Utilice un peine de dientes finos (específico para piojos y liendres) y peine el cabello de su hijo en secciones pequeñas.

Paso 3: Después de cada pasada del peine, límpielo en una toalla de papel húmeda. Revise cuidadosamente el cuero cabelludo, el peine y la toalla de papel.

Paso 4: Repita los pasos 2 y 3 hasta haber peinado todo el cabello de su hijo.

¿Cómo se trata la pediculosis?

Consulte con el médico de su hijo antes de comenzar cualquier tratamiento contra la pediculosis. La manera más efectiva de tratarla es con un medicamento contra la enfermedad. Luego de cada tratamiento, utilizar el método de peinado cada 2 o 3 días durante 2 o 3 semanas puede ayudar a quitar las liendres y los huevos.

El medicamento contra la pediculosis solamente se debe usar cuando esté seguro de que su hijo tiene piojos vivos. Recuerde, consulte con el médico de su hijo antes de empezar a usar cualquier medicamento contra la pediculosis. Además, cuando se usan medicamentos contra la pediculosis, es importante hacerlo de manera segura. Aquí hay algunas pautas de seguridad.

- Siga exactamente las instrucciones que aparecen en el envase.
- Nunca deje que los niños se apliquen el medicamento. Debe hacerlo un adulto.
- Siempre enjuague el medicamento sobre el lavabo y no durante una ducha o baño, de modo que el medicamento no corra desde la cabeza hacia otras áreas de la piel. Coloque la cabeza de su hijo sobre el lavabo y enjuague el medicamento con agua tibia (no agua caliente).
- Nunca coloque una bolsa plástica sobre la cabeza del niño.
- No deje solo a un niño con medicamento en el cabello.
- Almacene el medicamento en un armario cerrado con llave, fuera de la vista y del alcance de los niños.
- Consulte al médico de su hijo antes de comenzar un segundo o tercer tratamiento. Es posible que haya que volver a aplicar el mismo medicamento, dependiendo de sus instrucciones.
- Si tiene alguna pregunta o si no le han dado resultado los tratamientos contra la pediculosis que ha probado hasta el momento, consulte con el médico de su hijo.

Advertencia: ¡Nunca use productos que puedan ser peligrosos como gasolina o querosén ni medicamentos fabricados para el uso en animales! Tampoco use remedios caseros como vaselina, mayonesa, margarina en pote, aceites esenciales o aceite de oliva, ya que no está científicamente probado que den buenos resultados.

¿Qué medicamentos contra la pediculosis se encuentran disponibles?

Consulte con el médico de su hijo antes de comenzar cualquier tratamiento. (Consulte el cuadro de “Medicamentos contra la pediculosis” para obtener una lista de medicamentos contra la pediculosis aprobados por la Administración de Alimentos y Medicamentos (FDA) de los Estados Unidos).

Medicamentos contra la pediculosis

Tratamiento	Descripción
Loción de permetrina al 1 % (múltiples productos)	<ul style="list-style-type: none"> No se necesita receta para comprarlos. Se aplica al cabello una vez lavado con champú y secado con una toalla, y se enjuaga después de 10 minutos. Después de esto, no lave con champú durante 24 a 48 horas. Mata los piojos; no mata liendres. Se recomienda volver a aplicar el tratamiento entre 9 y 10 días después si se observa que hay piojos vivos. Aprobado para el uso en bebés y niños de 2 meses de edad en adelante.
Champú o espuma capilar a base de piretrina (marcas: RID, A-200, Pronto, R&C, Triple X, Licide)	<ul style="list-style-type: none"> No se necesita receta para comprarlos. Se aplica al cabello seco y se enjuaga después de 10 minutos. Después de esto, no lave con champú durante 24 a 48 horas. Mata los piojos; no mata liendres. Se recomienda volver a aplicar el tratamiento entre 9 y 10 días después. Aprobado para el uso en niños de 2 años de edad en adelante.
Loción de ivermectina al 0.5 % (marca: Sklice)	<ul style="list-style-type: none"> No se necesita receta para comprarlo. Se aplica al cabello seco y se enjuaga después de 10 minutos. Después de esto, no lave con champú durante 24 a 48 horas. Mata los piojos; no mata liendres. Sin embargo, puede evitar que los piojos recién salidos de los huevos sobrevivan. Solo se necesita 1 aplicación. Aprobado para el uso en bebés y niños de 6 meses de edad en adelante.
Loción de malatión al 0.5 % (marca: Ovide)	<ul style="list-style-type: none"> Se vende con receta. Se aplica al cabello seco y se enjuaga después de 8 a 12 horas. Después de esto, no lave con champú durante 24 a 48 horas. Mata piojos y liendres. Se recomienda aplicar un segundo tratamiento entre 7 y 9 días después si se observan piojos vivos. Aprobado para el uso en niños de 6 años de edad en adelante. Tiene olor fuerte. Es inflamable.
Suspensión tópica de spinosad al 0.9 % (marca: Natroba)	<ul style="list-style-type: none"> Se vende con receta. Se aplica al cabello seco y se enjuaga después de 10 minutos. Después de esto, no lave con champú durante 24 a 48 horas. Mata piojos y liendres. Se recomienda aplicar un segundo tratamiento 7 días después si se observan piojos vivos. Aprobado para el uso en bebés y niños de 6 meses de edad en adelante.
Comprimido de ivermectina, de 3 mg (miligramos)	<ul style="list-style-type: none"> Se vende con receta. Se usa solo cuando los demás medicamentos fallaron. Se recomienda aplicar un segundo tratamiento entre 9 y 10 días después si se observan piojos vivos. Se puede usar a cualquier edad siempre y cuando la persona pese 15 kg (kilogramos) o más. No use formulaciones veterinarias de ivermectina. Uso aprobado en adultos con infestación de piojos; también se usa en niños para otras infecciones.

¿Qué necesito saber sobre el tratamiento contra la pediculosis?

- Puede lavar la ropa, las toallas, los sombreros y la ropa de cama de su hijo en agua caliente y secarlos en calor alto si los usó durante los 2 días previos a encontrar y tratar los piojos. No es preciso que se deshaga de todos estos elementos. Los elementos que no se pueden lavar se pueden sellar en una bolsa de plástico durante 2 semanas o lavarse en seco.
- No rocíe pesticidas en su hogar. Pueden exponer a su familia a productos químicos peligrosos y no son necesarios para tratar el cuero cabelludo y el cabello de su hijo adecuadamente.
- Todos los miembros de la familia y las personas cercanas también deben revisarse para ver si tienen piojos y tratarse, si fuera necesario.

Sobre las políticas “cero liendres”

Algunas escuelas tienen políticas “cero liendres” que disponen que los estudiantes que todavía tienen liendres no pueden regresar a la escuela. La American Academy of Pediatrics y la National Association of School Nurses (Asociación Nacional de Enfermería Escolar) no fomentan esas políticas. Esas organizaciones consideran que el niño no debe faltar a la escuela ni ser excluido de ella por tener piojos.

Más información

American Academy of Pediatrics
www.aap.org y www.HealthyChildren.org

National Association of School Nurses
www.nasn.org

Recuerde

Los piojos no son un factor de riesgo de ningún problema de salud grave en los niños. Los productos solo deben usarse si son seguros. Si su hijo tiene pediculosis, actúe rápidamente, pero de manera segura, para tratarlo y evitar que los piojos se diseminen.

Spanish translation of *Head Lice: What You Need to Know*.

La American Academy of Pediatrics (AAP) es una organización formada por 67.000 pediatras generales, especialistas pediátricos y especialistas en cirugía pediátrica dedicados a la salud, la seguridad y el bienestar de todos los bebés, niños, adolescentes y adultos jóvenes.

En todos los aspectos de su programa de publicación (redacción, revisión y producción), la AAP se compromete a promocionar los principios de equidad, diversidad e inclusión.

Todos los sitios web, las marcas, los productos o los fabricantes se mencionan solamente con fines informativos y de identificación y esto no implica que la American Academy of Pediatrics (AAP) los avale. La AAP no se responsabiliza por el contenido de los recursos externos. Al momento de la publicación, la información estaba vigente. La información que se incluye en esta publicación no se debe usar como reemplazo de la asistencia médica y los consejos de su pediatra. Puede que haya variaciones en el tratamiento que le recomiende su pediatra basándose en los hechos y circunstancias individuales.

American Academy of Pediatrics
DEDICATED TO THE HEALTH OF ALL CHILDREN®



healthychildren.org

Powered by pediatricians. Trusted by parents.
from the American Academy of Pediatrics