

**¿Qué es la pediculosis (piojos de la cabeza)?**

Pediculosis es una infestación de piojos en el cabello de la cabeza. Los piojos se alimentan de sangre humana y pueden causar extrema comezón.

**¿Quién contrae pediculosis?**

Cualquier persona se puede infestar con piojos, sin importar la edad, sexo, raza o condición higiénica personal. Los piojos de la cabeza se encuentran principalmente en las escuelas, centros de cuidado de niños y se contagian de persona a persona.

**¿Cómo se contagian los piojos de la cabeza?**

Los piojos se contagian por medio de contacto directo de cabeza a cabeza con la persona infestada o por contacto con objetos que portan piojos tales como peinetas, cepillos, sombreros o pañuelos. Como los piojos adultos deben depositar las liendres (huevos de los piojos) la posibilidad de contagiar liendres de persona a persona es mínima.

**¿Los animales transmiten piojos?**

No. Los piojos de los animales no infestan a los humanos.

**¿Cuáles son los síntomas de la pediculosis?**

La primera indicación de una infestación es usualmente comezón en la parte de atrás de la cabeza y alrededor de las orejas. Si siente comezón en esas áreas se debe examinar el cuero cabelludo para ver si hay liendres (huevos). Rascarse en exceso puede producir una infección bacteriana secundaria en esas áreas. Los piojos de la cabeza no portan ni transmiten enfermedades.

**¿Cuándo aparecen los síntomas?**

Pueden pasar dos a tres semanas hasta que la persona note intensa comezón asociada con la pediculosis.

**¿Por cuánto tiempo puede una persona contagiar piojos?**

Los piojos se pueden contagiar durante todo el tiempo que permanezcan vivos en la persona o ropa de la persona infestada.

**¿Cuánto tiempo viven fuera del cuerpo los piojos de la cabeza?**

Desprendidos del cuerpo y sin sangre para alimentarse, los piojos viven aproximadamente 6 a 24 horas (un promedio de 12 a 15 horas).

**¿Qué se puede hacer para prevenir contagio de piojos?**

Evitar contacto físico con individuos infestados y sus pertenencias, especialmente ropa, sombreros y artículos para la cabeza, peinetas, cepillos y ropa de cama. Las peinetas y cepillos usados por personas infestadas deben sumergirse en agua caliente (>130°), Lysol®, alcohol de frotar o productos químicos para matar piojos por 1 hora. Las alfombras, suelos, almohadas y tapices de muebles deben aspirarse a fondo y la bolsa de la aspiradora tirarla a la basura. La ropa, juguetes forrados en tela usados o tocados por individuos infestados, dentro de 2 días de haberse encontrado piojos, debe lavarse en agua caliente (>130° F) o secarse en la máquina secadora en el ajuste más caliente durante 20 minutos. Otros artículos deben lavarse en seco o sellar en bolsas plásticas por lo menos durante 10 días para destruir los piojos y sus huevos. Además, los padres deben examinar en forma regular el cuero cabelludo de sus hijos para determinar si tienen piojos, especialmente si van a la escuela o a centros de guardería de menores si se rascan en forma excesiva la cabeza. No se recomienda fumigar con insecticidas de niebla ni rociar el ambiente con productos químicos para matar piojos.

## ¿Cuál es el tratamiento para la pediculosis?

Hay varios champúes medicinales que se usan comúnmente para tratar piojos de la cabeza. Los champúes o enjuagues que contienen 1% de permetrina son los que matan en forma más rápida los piojos adultos y tienen mejor capacidad para matar liendres. Permetrina tiene un efecto residual que continuará matando las liendres por varios días después de la primera aplicación. Aunque una aplicación debería ser suficiente para matar piojos y liendres, algunos expertos sugieren un segundo tratamiento una semana después del primero. Aunque en otros países se ha notificado resistencia a la permetrina, en Estados Unidos no se ha sabido de resistencia alguna.

Los champúes que contienen piretrina matan piojos más rápidamente pero no dejan efecto residual para seguir matando las liendres, lo cual resulta en un tratamiento menos eficaz. Se recomienda dos aplicaciones de los champúes con una diferencia de 7 a 10 días para matar las liendres.

Los champúes que contienen malation y lindane sólo se pueden comprar con receta médica. Lindane mata muy lentamente los piojos (tarda varias horas) y su capacidad para matar liendres es la más baja. Lindane no se recomienda para niños pequeños o mujeres embarazadas o lactando y sólo debe usarse si otras terapias aprobadas no dieron resultado o no se toleraron. El mal uso o uso excesivo de lindane puede ser tóxico. Se ha notificado extensamente en otros países fuera de los Estados Unidos que los piojos son resistentes a lindane.

Las personas a quienes les ha fallado el medicamento para matar piojos pueden usar métodos de tratamiento alternativo tales como una barra de mantequilla o margarina, mayonesa, Vaselina® y aceite de oliva, usado con discreción por para sofocar los piojos y liendres. No está claro el efecto de los tratamientos alternativos. Nunca debe usar parafina, gasolina y otros productos inflamables para tratar piojos. Evite el uso de polvos para remover del cabello los tratamientos alternativos. Se puede usar champú o jabón contra grasa para remover tratamiento alternativo. Evite envolver la cabeza con plástico o con gorras para la ducha cuando use medicamentos para matar piojos, ya que no se ha comprobado la seguridad de estos medicamentos con el uso de plásticos. Nunca debe envolver la cabeza de un niño con plástico o con gorra plástica, y use con discreción en niños mayores y adultos cuando use tratamiento alternativo.

Después de seguir tratamiento con pediculocidas o alternativos, es esencial remover manualmente las liendres con una peineta para piojos, con las uñas de los dedos o cortando mechadas de cabello que contengan liendres. Para facilitar la remoción de liendres, moje el cabello con una solución de 3% a 5% de vinagre blanco y después aplicando una toalla mojada con la misma solución por 30 a 60 minutos antes de tratar de remover las liendres.