

Piojos

Para disgusto de muchos padres, los piojos son unos insectos parasitarios diminutos y desprovistos de alas que proliferan en el cabello de los seres humanos y se alimentan de cantidades extremadamente pequeñas de sangre que extraen del cuero cabelludo. Por mucho asco que den asco, los piojos son un problema sumamente habitual, sobre todo entre niños de 3 y 12 años de edad (más frecuente entre las niñas que entre los niños).

Los piojos no son peligrosos y no transmiten ninguna enfermedad, pero son contagiosos y pueden resultar muy molestos. Sus picaduras pueden provocar picor e inflamación del cuero cabelludo, y el rascado persistente puede provocar irritación cutánea e incluso infecciones en el área afectada.

¿Cómo puedo saber si mi hijo tiene piojos?

A pesar de su diminuto tamaño, los piojos se pueden ver a simple vista. Lo que usted o el pediatra de su hijo podrá ver al inspeccionar atentamente la cabeza del niño será lo siguiente:

Huevos de piojos, que, antes de eclosionar, tienen el aspecto de puntitos amarillos, color mostaza o marrones. Después de eclosionar, la cáscara externa se ve blanca o transparente. Los piojos desovan sobre hebras de pelo cerca de la superficie de la piel, donde la temperatura es perfecta para mantenerse calientes hasta la eclosión. Los huevos de piojo parecen caspa, con la salvedad de que se pueden eliminar cepillando o sacudiendo el pelo. A menos de que la infestación sea considerable, es más frecuente ver huevos de piojo en el pelo de un niño que piojos vivos moviéndose por su cabello. Los huevos de piojo eclosionan entre una y dos semanas después de la puesta.

Piojos adultos y ninfas (piojos inmaduros). Los piojos adultos no son más grandes que las semillas de sésamo y su color oscila entre el canela y marrón (aunque pueden parecer más oscuros cuando se encuentran en personas de cabello oscuro). Las ninfas son de menor tamaño y se convierten en piojos adultos aproximadamente 7 días después la eclosión de los huevos. La mayoría de los piojos se alimentan cada 4 a 6 horas, pero pueden sobrevivir hasta tres días fuera del cuero cabelludo.

Rascarse. Cuando los piojos muerden el cuero cabelludo para alimentarse, viene el picor y el consecuente rascado. De todos modos, el picor no siempre empieza de forma inmediata, dependiendo de lo sensible que sea la piel del niño. A veces, los niños tardan varias semanas en percibir el picor y empezar a rascarse. No obstante, tal vez su hijo se queje de que tiene cosas moviéndose por la cabeza o haciéndole cosquillas.

Pupas rojas tipo pápula provocadas por el rascado. A algunos niños la piel del cuero cabelludo se les irrita solo levemente; otros desarrollan una erupción más molesta acompañada de costras y supuración. Aunque tampoco es habitual, a algunos niños se les inflaman los ganglios linfáticos. Rascarse en exceso también puede provocar infecciones bacterianas, asociadas a enrojecimiento y aumento de la sensibilidad en la piel que rodea la picadura. Si el pediatra cree que su hijo padece una infección cutánea, es posible que le recete un antibiótico administrado por vía tópica u oral.

Tal vez pueda ver piojos o huevos de piojo separando el cabello de su hijo e inspeccionándolo atentamente y fijándose bien en el cuero cabelludo, detrás de las orejas y cerca de la nuca (es poco habitual encontrar piojos en las cejas o las pestañas). Una buena lupa y una luz potente pueden ayudarle en la tarea. Pero no es fácil encontrar ninfas o piojos adultos –no suele haber muchos y generalmente se mueven deprisa.

Llame al pediatra de su hijo si este se rasca constantemente la piel o se queja de picores que no remiten, sobre todo en partes del cuerpo que están cubiertas de pelo. El pediatra de su hijo debería poder determinar, tras explorarlo, si su hijo tiene piojos y requiere tratamiento.

Asimismo, asegúrese de preguntar en la enfermería del colegio de su hijo o al director del centro educativo a donde lo lleve si hay si hay más casos de piojos en el centro. Si descubre que su hijo tiene piojos o huevos de piojo, informe al respecto al personal del centro educativo del niño.

¿Son contagiosos?

Los piojos son muy contagiosos y se pueden propagar rápidamente de una persona a otra, sobre todo en grupos de gente (colegios, guarderías y demás centros educativos, fiestas de pijamas, actividades deportivas, campamentos de verano y incluso patios de recreo y parques recreativos).

A pesar de que no pueden volar ni saltar, estos diminutos parásitos tienen unas pinzas especialmente adaptadas que les permiten aferrarse y colgarse firmemente al pelo. Se contagian sobre todo a través del contacto cabeza-cabeza, pero el hecho de compartir ropa de vestir o de cama, peines, cepillos y gorros también facilita el contagio. Los niños y adolescentes tienden más a tener piojos porque son más proclives a establecer contacto físico íntimo y suelen compartir sus objetos personales.

¿Cómo se tratan los piojos?

Es posible que el pediatra de su hijo le recete un champú, crema o loción formulados médicamente para exterminar a los piojos. Podrá ser de venta con o sin receta médica, dependiendo de los tratamientos que ya haya probado. No es infrecuente que el tratamiento no tenga éxito debido a su incorrecta aplicación o porque los piojos se han vuelto resistentes al principio activo del producto utilizado.

Es importante seguir las instrucciones al pie de la letra porque estos productos son insecticidas. Aplicar estos medicamentos en cantidades excesivas o demasiado a menudo puede incrementar el riesgo de que se produzcan lesiones en el cuero cabelludo. Seguir las instrucciones del prospecto que acompaña al producto también es importante para asegurarse de que el tratamiento funciona adecuadamente. Es posible que el pediatra recomiende también aplicarle a su hijo una loción especial para el pelo que facilita la eliminación de los huevos de piojo utilizando un peine de púas finas.

Los tratamientos contra los piojos formulados médicamente generalmente consiguen exterminar tanto los piojos como los huevos, pero los picores pueden tardar varios días en desaparecer. El pediatra de su hijo puede recomendar repetir el tratamiento al cabo de 7 a 10 días para asegurarse de que se han exterminado todos los huevos, ya que incluso un solo huevo puede provocar una reinfestación.

Si su hijo tiene dos años o menos, no debería utilizar tratamientos con medicamentos contra los piojos. En tal caso, usted debería extraerle los piojos manualmente.

Independientemente de la edad que tenga su hijo, he aquí algunas cosas más que usted puede hacer para ayudar a su hijo a deshacerse tanto de los piojos como de sus huevos:

- Utilice un peine de púas finas para peinar el pelo de su hijo después de lavárselo cada tres o cuatro días durante 2 semanas. Es recomendable mojar antes el cabello porque ayuda a inmovilizar temporalmente los piojos y así resulta más fácil arrastrarlos con el peine.
- Lave la ropa de cama y de vestir que haya llevado recientemente cualquier miembro de la familia que tenga piojos en agua muy caliente (55° C) y luego, si tiene secadora, séquela utilizando el ciclo caliente durante por lo menos 20 minutos.
- Lave en seco la ropa de cama y de vestir, así como los peluches y juguetes de felpa, que no se puedan lavar con agua y jabón. O guárdelos en bolsas herméticas durante dos semanas.
- Pase la aspiradora por todas las alfombras y moquetas, así como por los muebles tapizados (tanto de su casa como de su coche).
- Ponga en remojo en alcohol o un champú contra piojos los utensilios relacionados con el cuidado del cabello de su hijo, como peines, cepillos, pasadores, diademas, gomas y cintas de pelo durante una hora. También los puede lavar con agua caliente o simplemente tirarlos a la basura.

Puesto que los piojos se contagian fácilmente de una persona a otra en el seno de la misma familia, todos los miembros de la familia infestados deberían tratarse para prevenir posibles reinfestaciones.

En sus esfuerzos por acabar con los piojos, hay algunas cosas que usted no debería hacer. Algunas de las cosas prohibidas en el tratamiento contra los piojos son las siguientes:

- **No** le seque el pelo a su hijo utilizando un secador de pelo después de aplicarle un tratamiento para el cuero cabelludo comercializado porque algunos de estos tratamientos contienen ingredientes inflamables.
- **No** utilice crema suavizante o acondicionador para el cabello antes de aplicarle a su hijo ninguna medicación contra los piojos.
- **No** le lave el pelo a su hijo durante uno o dos días después de utilizar un tratamiento contra los piojos formulado médicamente.
- **No** utilice nebulizadores de insecticida ni contrate a ninguna empresa de control de plagas para eliminar los piojos, puesto que puede ser nocivo para la salud.
- **No** utilice el mismo medicamento más de tres veces seguidas en la misma persona si no parece surtir efecto. En tal caso, es posible que el pediatra recomiende un cambio de medicación.
- **No** utilice simultáneamente más de un producto médicamente formulado contra los piojos.
-

¿Se pueden prevenir los piojos?

Tener piojos **no** es un signo de falta de higiene. Estos molestos bichitos pueden afectar a los niños de todas las edades y niveles socioeconómicos, independientemente de lo frecuentemente que se laven el pelo o se bañen.

De todos modos, está en su mano ayudar a prevenir que su hijo contraiga una infestación por piojos –o se vuelva a infestar si ya ha tenido piojos previamente– adoptando las siguientes precauciones:

- Dígale a su hijo que intente evitar el contacto cabeza–cabeza con otros niños cuando esté en el centro educativo, así como en el gimnasio, el patio del recreo, un parque recreativo o cuando practique algún deporte o juegue en casa con otros niños.
- Dígale a su hijo que no comparta peines, cepillos, gorros, bufandas, pañuelos, cintas, pasadores, clips, toallas, cascos u otros artículos de uso o aseo personal con otras personas, independientemente de que tengan o no piojos.
- Dígale a su hijo que no se estire sobre ropa de cama, almohadas y moquetas que hayan sido utilizadas recientemente por alguien que tiene piojos.

Inspeccione atentamente cada tres o cuatro días a todos los miembros de la familia que hayan tenido contacto directo con una persona que sabe que tiene piojos. Y trate a aquellos en quienes detecte piojos o huevos de piojo.

¿Se irán alguna vez?

Como muchos padres saben de primera mano, la infestación por piojos puede ser una molestia sumamente persistente, sobre todo en contextos grupales. Si le da la sensación de que usted está siguiendo todas las recomendaciones pero no parece haber forma de erradicar los piojos, ello puede obedecer a alguno de los siguientes motivos:

- A pesar del tratamiento, han quedado algunos huevos.
- Su hijo sigue estando expuesto a personas que tienen piojos.
- El tratamiento que está aplicando es ineficaz.

Es indudable que a veces es muy difícil erradicar los piojos. Si su hijo sigue teniendo piojos tras dos semanas de tratamiento o si su cuero cabelludo parece haberse infectado (con pus o pupas), llame al pediatra.

Independientemente de lo que dure el problema, asegúrese de hacer hincapié en que, por molesto que sea tener piojos y por mucho apuro que le haga pasar a su hijo, es algo que le puede pasar a cualquiera. Es importante que los niños entiendan que no han hecho nada malo y que el hecho de tener piojos no los convierte en personas sucias. Y asegúrele a su hijo que, por pesado que pueda ser el proceso de deshacerse de los piojos, habrá luz al final del túnel.

Sea paciente y siga al pie de la letra las instrucciones del tratamiento y aplique las medidas preventivas que le indique el pediatra para mantener a raya a esos molestos bichitos, y usted estará en el camino de tener una familia sin piojos.

Revisado por: Barbara P. Homeier, MD

Fecha de la revisión: abril de 2005