

Estimados padres y madres:

Hemos detectado varios casos de pediculosis en el curso de

A continuación, os exponemos una serie de consejos sobre higiene y prevención acreditados por la Asociación Española de Pediatría de Atención Primaria (AEPAP):

¿QUÉ HAY QUE SABER?

- ✓ Es el parásito más frecuente en niños escolares de **3 a 12 años**. Son parásitos, porque se nutren de la sangre del cuero cabelludo.
- ✓ Pueden afectar **la cabeza, el cuerpo, el pubis o las cejas**. La infestación del piojo de la cabeza se llama pediculosis de la cabeza.
- ✓ Son insectos muy pequeños que miden unos **2 mm de largo**. Un piojo hembra pone unos 10 huevos al día; entre los 7 y 10 días se convierten en piojos.
- ✓ Se transmiten casi siempre por **contacto directo, de cabeza a cabeza**. En algunos casos **por objetos personales** que comparten los niños/as tales como peines, gorras, lazos, diademas... No saltan, ni vuelan.
- ✓ Tienen preferencia por el **entorno cálido que proporciona el pelo largo**, sobre todo en la zona de la **nuca y detrás de las orejas**.
- ✓ **No es un problema de higiene**, ni de clase social. El niño/a no debe tener miedo o vergüenza por tener piojos.
- ✓ Son **muy contagiosos**. Las recurrencias son generalmente reinfestaciones comunitarias. Si no se realiza el tratamiento escolar de **forma precoz y generalizada**, son difíciles de eliminar.





¿CUÁLES SON LOS SÍNTOMAS?

En ocasiones no producen síntomas y se descubren al observar el pelo. Lo más frecuente es que produzcan picor debido a la irritación que provoca la saliva del piojo al morder el cuero cabelludo para alimentarse. También pueden ocasionar:

- ✓ **Granitos** por picadura en el cuero cabelludo.
- ✓ **Lesiones de rascado** que pueden infectarse.
- ✓ Raramente, adenopatías cervicales y occipitales.

¿CÓMO DETECTARLOS?

1. **Humedecer** el pelo de los niños/as y dividirlo en **secciones**.
2. Peinar cada sección de la raíz a las puntas con un peine de púas estrechas o **lendra**.
3. Prestar especial atención a la **nuca y detrás de las orejas**, que son sus lugares preferidos.
4. Revisar también la **presencia de liendres**, que son de color gris gelatinoso cuando contienen el embrión, y blancos (similares a la caspa), cuando están vacíos.

¿CÓMO ACTUAR?

Medidas generales:

- ✓ **Cortar** el pelo o llevarlo **recogido**.
- ✓ Mantener la **higiene corporal y del cuero cabelludo**.
- ✓ **Uñas limpias y cortas** para evitar heridas por rascado.
- ✓ **Lavar a 60° la ropa usada al principio** del tratamiento: sábanas, gorros, bufandas. Si no es posible, guardar estas prendas en una bolsa herméticamente cerrada durante 15 días.
- ✓ Sumergir los peines, diademas, gomas de pelo... en **agua a 60°** unos 10 minutos.



Tratamiento:

- ✓ Inicialo solo cuando haya **certeza** de la existencia de piojos y liendres.
- ✓ Nunca utilizar los productos pediculicidas para “**prevenir su aparición**”, para ello están los productos designados como **repelentes**.
- ✓ Tanto si se utilizan los insecticidas clásicos (champús, lociones o cremas de **Permetrina 1%**, **Dimeticona 4%**, etc.), como los tratamientos no insecticidas de nueva generación, han de seguirse las **recomendaciones de uso** descritas en el prospecto.
- ✓ En ocasiones, hay que repetir el **tratamiento a los 7-10 días**.

Eliminación de liendres:

- ✓ Es **imprescindible** para evitar recaídas. Puede hacerse de manera manual o con una lendrera.
- ✓ Hay que peinar **mechón a mechón**, de abajo a arriba y de arriba abajo. Mejor cuanto más juntas estén las púas.
- ✓ Ningún **remedio casero** acaba completamente con los piojos y las liendres. El vinagre disminuye la capacidad de las liendres de adherirse al pelo, por ello facilita su eliminación, pero **no las destruye**.
- ✓ **No usar:** secador ni acondicionadores.

Pedrezuela, a 10 de junio de 2025.