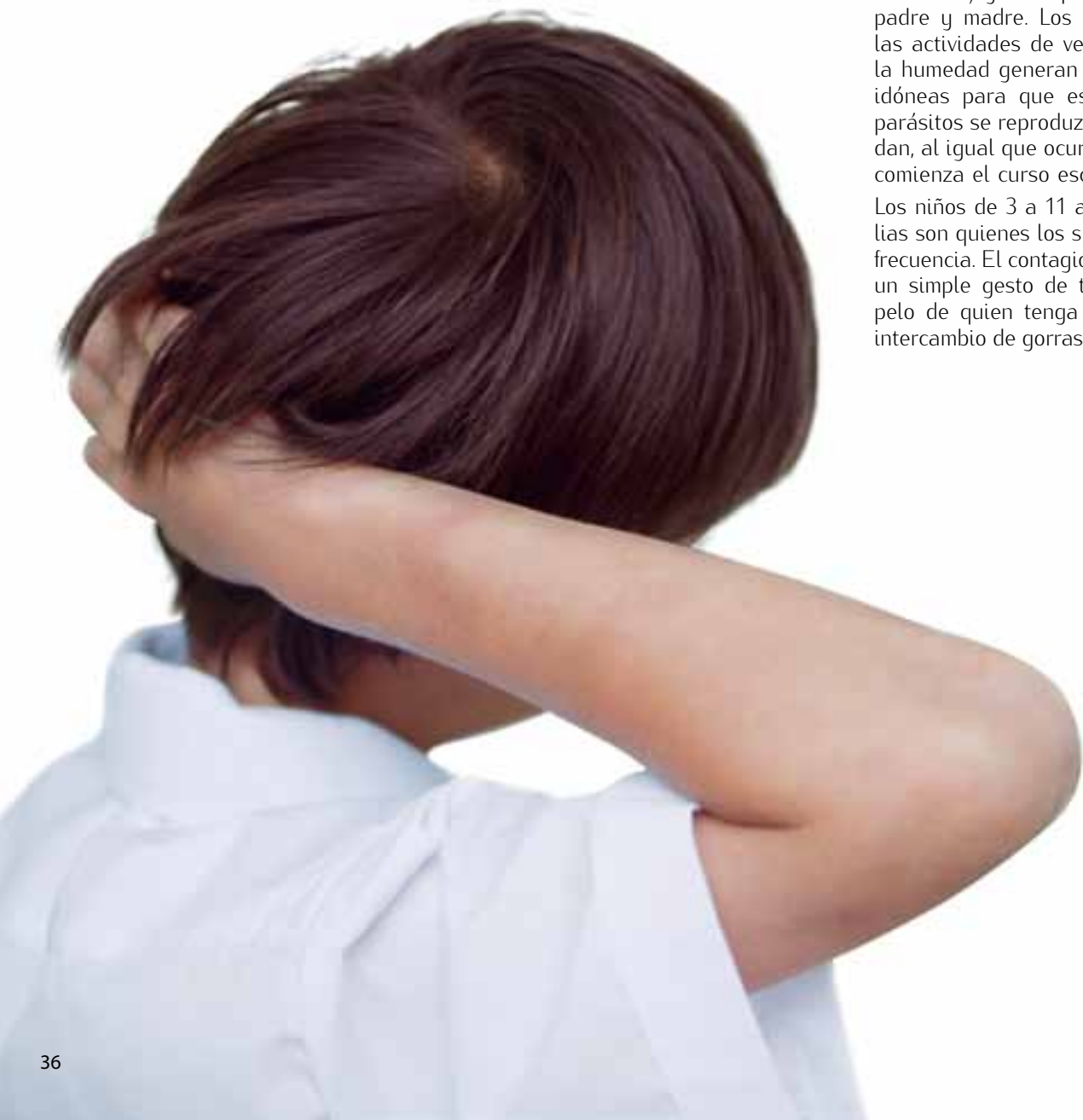


# Piojos de verano

El calor, la humedad, los campamentos y las actividades de la época estival generan las condiciones idóneas para que estos parásitos se reproduzcan



Con el verano, reaparecen los piojos; esos pequeños y molestos insectos de 2 a 4 milímetros de longitud, sin alas y de color grisáceo. Viven en la piel que cubre la parte superior de la cabeza (cuero cabelludo) y desesperan a cualquier padre y madre. Los campamentos y las actividades de verano, el calor y la humedad generan las condiciones idóneas para que estos minúsculos parásitos se reproduzcan y se extiendan, al igual que ocurre cada vez que comienza el curso escolar.

Los niños de 3 a 11 años y sus familias son quienes los sufren con mayor frecuencia. El contagio se produce con un simple gesto de tocar o rozar el pelo de quien tenga piojos o por el intercambio de gorras, cepillos, pinzas

o diademas e, incluso, auriculares o gafas de sol. De ahí que sea tan importante saber cómo se puede prevenir la infestación de piojos, cuál es la manera más adecuada de eliminarlos y cuánta evidencia hay detrás de los tratamientos naturales utilizados.

## Tratamiento sin evitar el colegio

Hace poco, la Academia Americana de Pediatría, en un artículo publicado en *Pediatrics*, ha advertido que los brotes de piojos en niños pueden tratarse de manera eficaz sin restringir el acceso a la escuela o a otras actividades. Así, los afectados pueden tratarse en casa y, al día siguiente, acudir a sus actividades con normalidad.

Eso sí, cuando hay infestación activa, el tratamiento debe realizarse con derivados de los piretroides, sobre todo la permetrina al 1% en crema o loción. El tratamiento debe repetirse nueve días más tarde y, si es necesario, otra vez más pasados nueve días.

Desde la Asociación Española de Pediatría señalan que estos productos se pueden usar desde los tres meses de edad, aunque en menores de dos años es más recomendable retirar los parásitos y sus liendres solo a mano. Una vez aplicado el producto, conviene retirar los piojos y las liendres a mano o mediante una liendrea (un peine con una gran cantidad de púas muy juntas).

## Revisiones regulares y meticulosas

Conviene saber que una vez que se detectan piojos en un miembro de la familia, hay que revisar de manera meticulosa la cabeza del resto. La Academia Americana no aconseja el uso de productos naturales, pero señala que una medida que puede ayudar a frenar la infestación familiar es lavar fundas de almohadas y tratar los cepillos y peines.

Los especialistas insisten en la revista *Pediatrics* que hacer revisiones regulares de la cabeza de los escolares ayuda a detectarlos a tiempo y disminuye la duración del tratamiento. Sin embargo, ante su presencia, recomiendan a los progenitores no alarmarse en exceso: no es un problema de salud y lo piojos no propagan enfermedades. Si no hay contagio, no sirve para nada utilizar lociones, champús o cualquiera de los productos disponibles. Para la Asociación Española de Pediatría de Atención Primaria, no existe evidencia científica que sustente el uso de este tipo de productos (incluso el vinagre) como repelentes o preventivos. Incluso utilizar estos insecticidas sin infestación, además de causar efectos secundarios, también podrían generar resistencias al tratamiento. Por ello, los tratamientos solo deben aplicarse en las personas en las que se haya detectado un insecto vivo.

www.consumer.es

■ Revisar con regularidad las cabezas de los niños ayuda a detectar los piojos a tiempo



## PRODUCTOS NATURALES CONTRA PIOJOS: POCAS EVIDENCIAS

Existen muchas soluciones naturales que se usan tanto para prevenir como para tratar los piojos.

Soluciones de coco, de lavanda, de árbol de té, entre otras, y también en forma de aceites o esencias.

De hecho, un estudio publicado en *BCM Dermatology* sugería en 2011 que una mezcla de aceite de oliva y aceites esenciales de árbol de té y de lavanda tenían un efecto pediculicida, esto es, que ayudaban a eliminar los piojos y sus liendres.

Pero, de momento, esas investigaciones son anecdóticas y todavía no hay suficiente evidencia que sustente este tipo de beneficios. Tampoco el vinagre, recomendado por su supuesta capacidad a la hora de eliminar la adherencia de la liendre al pelo en frío o en caliente, ha demostrado su eficacia.

Además, en muchos de estos productos, no se ha establecido su nivel de seguridad, sobre todo, en menores de 12 años, mujeres embarazadas o lactantes. Por lo tanto, la Agencia Europea de Medicamentos no recomienda su uso. Por otro lado, hay que recordar que, ni mucho menos, todo lo natural es inocuo y seguro, y que también puede provocar efectos secundarios, como sensibilidad, alergias o irritación del cuero cabelludo que empeorarían la situación.