

PIOJOS:

huéspedes que nos traen de cabeza

Las lociones anti parasitarias sólo se deben administrar si ya hay piojos, por eso la mejor prevención es la revisión periódica del cabello con una lendreras

El perro quizá sea el mejor amigo del hombre, pero no nos necesita tanto como el piojo, que sólo puede vivir a nuestra costa: somos la única especie animal que estos minúsculos parásitos admiten como morada. En las escuelas, es un clásico, repite curso una y otra vez. Según un estudio de Laboratorios OTC, el 14% de la población escolar padeció el curso pasado la presencia de estos molestos inquilinos, si bien casi todos los niños tienen piojos al menos una vez en la vida, normalmente en su paso por la escuela y en la

■ El contagio sólo se produce por el contacto directo de cabeza a cabeza o por el intercambio de cepillos, gorros, diademas y otros objetos similares



franja de 3 a 12 años. Pero los adultos no están a salvo: el continuo contacto con un niño infectado por piojos puede acabar con el adulto rascándose también la cabeza. Los piojos, además de molestos por el picor que producen, son maestros del camuflaje y detectarlos a simple vista entraña dificultades. Los expertos en salud e higiene de EROSKI CONSUMER recomiendan no bajar la guardia, adoptar una serie de precauciones y, sobre todo, saber cuáles son las mejores medidas en caso de infestación.

PERFIL DEL ENEMIGO: MOLESTO, PERO NO PELIGROSO. Los mitos y las falsas creencias sobre los piojos abundan. Quizá la más extendida sea la que asocia su aparición con la falta de limpieza y los malos hábitos higiénicos. Esta situación es la que explica que en muchas familias la aparición de piojos sea todavía un tabú, y que, en consecuencia, los contagios se oculten y no se comuniquen en la escuela, por pura vergüenza.

Hay tres clases de piojos, y cada una afecta exclusivamente a una parte del cuerpo humano. Dos de ellos (el piojo del pubis o ladilla, y el del cuerpo) sí están asociados a la suciedad, al hacinamiento y a la falta de higiene. En cambio, no puede decirse lo mismo del piojo de la cabeza, el más común y el que ataca a los escolares, ya que aparece por transmisión y contagio. En ningún caso los piojos de la cabeza se alojan en la zona perineal o los del cuerpo en la cabeza.

Otra leyenda es que transmiten enfermedades a través de sus picaduras. Falso: los piojos de la cabeza son muy

molestos, pero nada peligrosos, ya que el único problema de salud que pueden originar es el de sobreinfecciones de las costras y heridas producidas por el intenso picor que originan en quien los sufre. Sin embargo, hay indicios científicos de que los piojos del cuerpo han sido, a lo largo de los siglos, transmisores de enfermedades graves, como la "fiebre de las trincheras" o el tifus.

El verdadero problema de los piojos de la cabeza es la facilidad con la que se reproducen y se extienden. Los piojos pueden vivir en el cabello un mes y en ese tiempo son capaces de poner unos 110 huevos, de los que el 60% llegará a adulto.

EVITAR CONTAGIOS. La hembra fija los huevos, o liendres, a 1 ó 2 milímetros del cuero cabelludo (gusta del calor corporal que emana esta zona) con una sustancia viscosa que actúa de pegamento y de este modo impide que las liendres se puedan despegar manualmente. La presencia de estas liendres es el primer signo de alarma: el niño



está infectado. Transcurridos 10 días de la puesta, el huevo eclosiona y, si no se pone remedio para frenarlo, se inicia de nuevo el proceso de reproducción. Aunque se piense a veces lo contrario, los piojos no se transmiten por animales domésticos, agua, arena o hierbas, ni tampoco pueden saltar, ni volar, ni desplazarse por superficies distintas de la del cuero cabelludo. Por su fisiología sólo están capacitados para agarrarse al cabello, de ahí que únicamente se pueden contagiar por contacto directo de cabeza a cabeza o por el intercambio de cepillos, gorros, coleteros, diademas y otros objetos que hayan tenido contacto directo con el cabello, como auriculares, bufandas o gafas de sol.

PREVENCIÓN: LENDRERA Y PACIENCIA. Los síntomas de que nuestro hijo tiene pediculosis, nombre científico del contagio de estos parásitos, son el picor persistente y el rascado intenso,

si bien cuando se tienen por primera vez el prurito puede aparecer más tarde. Por eso, para prevenir el contagio de los piojos conviene adelantarse, y ante la sospecha de que el niño pueda estar en contacto con un compañero que ya los tenga se debe revisar concienzudamente su cabeza. Y no basta con hacerlo una sola vez o de forma ocasional, es necesario vigilarla día a día con paciencia, una lendrera y un paño blanco. La lendrera, peine de púas específico para piojos, es lo más eficaz para la revisión y, en su caso, para retirar los piojos adultos y las crías, si las hubiera. Es fundamental que el espacio entre las púas no supere los 0,2 mm y son preferibles las lendreras con púas de metal, por su mayor rigidez. Conviene pasar la lendrera con el cabello húmedo y suave (usemos un acondicionador en el lavado) y en un lugar bien iluminado. ■

MÁS INFORMACIÓN
www.consumer.es



El rascar se va a acabar

El otoño y la vuelta al cole son fechas celebradas por los piojos: es la época de las mini-plagas en los colegios. Por eso, y aunque no haya sido avisado en la escuela de la presencia de estos molestos inquilinos, vigile de cerca la cabeza de sus hijos pequeños.

Ni saltan, ni vuelan, ni los transmiten los animales domésticos. El único modo de contagio de los piojos es de cabeza a cabeza. Por eso, evite que los niños intercambien coleteros, pinzas, ganchos, gafas... cualquier artículo que haya estado en contacto con el pelo.

Para revisar el cabello se necesita una lendrera, un peine de púas estrechas y muy poco separadas unas de otras para que los piojos no escapen. Hay que hacer un auténtico derroche de paciencia para pasar este peine mechón a mechón. Utilice un paño blanco para depositar los parásitos encontrados y verlos con facilidad.

Use acondicionador en el lavado de pelo de los niños: eliminará nudos y enredos en el cabello, y el paso de la lendrera molestará menos a sus hijos.

Las primeras zonas en las que hay que pasar la lendrera: la nuca y la parte posterior de las orejas, los lugares preferidos de los piojos porque encuentran calor y seguridad.

Por si nunca ha visto un piojo: tienen un tamaño similar al de una semilla de sésamo y son oscuros. Preste especial atención a los huevos, de aspecto similar al de la caspa, se distinguen de ésta en que las liendres se pegan con fuerza al cabello.

Una vez constatado que el niño tiene piojos, aplique los tratamientos antiparasitarios. Pero no antes, porque no sirven para prevenir el contagio de piojos ni para repeler su presencia. Sólo han de usarse cuando ya están en la cabeza de los niños.

Lea las instrucciones de aplicación del producto, y respete los tiempos, las repeticiones y cualquier otra recomendación del fabricante. Si no, es muy probable que el tratamiento falle y tenga que repetir el proceso desde el principio.

Aunque haya aplicado el tratamiento con éxito, siga con las revisiones periódicas para comprobar los resultados del producto.

■ La lendrera, peine de púas específico para piojos, es lo más eficaz para la revisión



LOCIONES Y CHAMPÚS NO SIRVEN PARA PREVENIR

Una vez seguros de que los parásitos han tomado la cabeza del niño debemos informar de ello en el colegio para que avisen al resto de padres. Este sí es el momento de aplicar pediculicidas, insecticidas de uso externo que se venden en farmacias en forma de champús, aerosoles, lociones e incluso colonias y que atacan al piojo y la liendre provocándoles la muerte. Aplicarlos antes de saber a ciencia cierta si el niño tiene piojos es un error: los insecticidas no deben utilizarse como método de prevención porque, además de que ocasionalmente pueden causar efectos secundarios, a la larga los piojos podrían hacerse resistentes a los tratamientos. La mayoría de los pediculicidas se componen de piretrina, malathión o lindane. Las piretrinas deben ser la primera opción y, entre ellas, los productos que la contienen en una concentración del 1%, la más conveniente porque destruye las liendres y los piojos con muy escasos efectos adversos. En segundo lugar, se recomienda el uso de malathión. Y en cuanto al formato que mejor garantiza el contacto del producto con el cuero cabelludo del infestado, los mejores son los geles y las lociones. En todo momento se deben seguir las indicaciones del fabricante del producto para su correcta administración, pero sepamos que hay que aplicarlo por todo el cabello para garantizar una distribución homogénea del tratamiento.