

## Piojos

### ¡Horror, el niño tiene piojos!

Su sola mención hace que nos pique la cabeza. Hablamos de la pediculosis, una infestación cutánea, más conocida por el término vulgar “tener piojos” y que es producida por un insecto hematófago –el piojo- que parasita exclusivamente al ser humano, y que se transmite por contacto directo, siendo altamente contagioso.

Los tres tipos de piojos, que se localizan en las distintas áreas corporales, son: el *Pediculus humanus capitis* o piojo de la cabeza, el *Pediculus humanus corporis* o piojo del cuerpo y *Phthirus pubis* o piojo del pubis o ladilla. El piojo de la cabeza es el más común.

### Piojo de cabeza. El ciclo interminable

Afecta principalmente a los colectivos infantiles, independientemente del nivel sociocultural. El piojo adulto es un insecto de 2-3 mm de largo y de color marrónáceo. Vive 30 días en el huésped, y fuera de él sobrevive un máximo de tres días. La hembra adulta puede poner hasta 300 huevos o liendres, (a razón de 10 por día). Estos huevos son pequeñas motas blanquecinas que miden menos de 1 mm y están unidos firmemente a la base del cabello a través de una sustancia tipo "cemento". Los huevos se abren en siete o diez días, dejando salir a unas larvas inmaduras. Una vez sale la larva, el envoltorio de la liendre se queda pegado al pelo y al cabo de otros siete o doce días, ésta se transforma en piojo adulto que vuelve a repetir el mismo ciclo.

**Zona preferente.** El piojo se aloja sobre el cuero cabelludo y sus zonas preferidas son, sobre todo la nuca y la parte posterior de las orejas, donde la temperatura corporal es más elevada. Hay que desterrar la idea de que el piojo salta o vuela.

**Síntomas.** El más común es el picor constante, aunque éste sólo se manifiesta en el 14-30% de los casos. El picor es debido a una reacción alérgica a la saliva del piojo y puede tardar una o dos semanas en aparecer y el rascado intenso puede llevar a excoriaciones e infecciones secundarias. En una infestación típica, suelen encontrarse unos diez piojos adultos, junto con multitud de liendres y larvas. Esta infestación también cursa la sensación de cosquilleo o de algo que se mueve sobre el cabello y puede producir irritabilidad.

**Diagnóstico certero.** Éste debe realizarse mediante la observación directa. Las claves son: buena luz y paciencia. Lo mejor es realizar un exhaustivo cepillado sobre el cabello húmedo con un peine de púas finas, fijándose especialmente en la zona de la nuca y alrededor de las orejas para localizar los piojos vivos y las liendres adheridas al pelo. Las liendres se diferencian de la caspa y el polvo en que éstas son más difíciles de separar del pelo. Las liendres más separadas de la base del pelo son indicativo de una infestación antigua.

## Para evitar el contagio...

El piojo se transmite por contacto directo entre cabezas y aún hay cierta controversia en torno a su posible transmisión a través de peines, sombreros, ropas, etc. Pero por lo general, estas son las normas básicas para darle esquinazo:

**Cabeza con cabeza.** El momento de mayor riesgo de contagio es cuando los niños juntan las cabezas para jugar, hacer un puzzle o cambiar cromos. Hay que explicar a los niños la importancia de no juntar las cabezas.

**Su propia toilette.** A la hora del baño, cada niño de la familia debe tener su toalla y su propio peine o cepillo. También es aconsejable que en clase, guarde sus jerséis, cazadoras y gorros en su propia mochila, en lugar de colgarlos de los ganchos que tienen los armarios de los colegios, que suelen estar muy juntos.

**Cabello recogido.** Obviamente, el pelo rapado es la mejor defensa contra los piojos, pero sin llegar a este extremo, hay que tener en cuenta que cuanto más corto se lleve el pelo menores posibilidades hay de contagios. Por eso las infestaciones son más comunes en las niñas, y conviene recoger el pelo largo para evitar que la melena suelta llegue a rozar con el pelo de los otros niños. Cuando los niños jueguen en grupo, pañuelos y gorros pueden servir como defensa pero es importante inspeccionarlos después de su uso y evitar que los intercambien entre ellos.

**Wet Combing.** El término no está extendido en España, pero en Estados Unidos se ha puesto de moda esta técnica con la que los niños aprenden, a partir de los siete años, a peinarse con una lendrera después de la ducha y con el pelo mojado.

**En constante observación.** Observa con detenimiento al niño y su entorno. Si el niño empieza a rascarse con frecuencia, se le ve con el pelo muy revuelto o dice que le pica la cabeza, hay que examinarle de inmediato. Cepíllale el pelo tres veces al día (esto crea inquietud y puede lesionar a los parásitos), un piojo herido no pone huevos ni sobrevive mucho tiempo. Examínale el pelo y el cuero cabelludo al peinarle, al hacerle la raya, al secarle el pelo etc. Examina los cuellos de las camisas y las fundas de las almohadas. Los cepillos y los peines también se deben inspeccionar y lavar a menudo.

**Perfumado a diario.** Después de lavarle la cabeza al niño conviene aplicar un suavizante o acondicionador. Al peinarle diariamente hay humedecerle generosamente la cabeza con colonia para niños o aplicar gomina.

**Productos preventivos.** Hay colonias y aerosoles farmacéuticos que previenen los piojos y que se aplican directamente sobre el pelo, pero su uso diario está desatando cierta polémica por las toxinas que contienen estos productos. También hay madres que por norma, aplican semanalmente un champú para eliminar piojos. Pero deben saber que están sometiendo a sus

hijos a productos que a la larga pueden tener efectos secundarios. El uso continuado de estos productos está desaconsejado por los propios fabricantes y puede ocasionar eczemas y a la larga, resistencia a los piojos. Es preferible empapar el pelo con una mezcla de una parte de vinagre de manzana y dos de agua. En los herbolarios venden esencias que también son útiles para prevenir la infestación de piojos. Las más efectivas son la esencia de árbol de té, el aceite de neem y la esencia pura de lavanda y la de geranio.

**Que no cunda el pánico.** Si llega una carta del colegio avisando de una plaga no hay que caer presa del pánico ni tratar indiscriminadamente a los niños con un pediculicida. Simplemente hay que revisar más a menudo sus cabezas y estar pendientes de los signos que podrían indicar la presencia de piojos.

### **Tratamiento eficaz**

La detección precoz es el mejor tratamiento y para ello es importante revisar el pelo de manera rutinaria. En caso de detectarlos, hay que avisar a los posibles contactos (familia, colegio, amigos...) y aplicar un tratamiento seguro y eficaz.

Hay que seguir unas pautas de higiene para que el tratamiento sea eficaz:

- No existe consenso universal sobre la necesidad de desinfectar las ropas y objetos personales del paciente y otros objetos de la casa, aunque sí parece adecuada la desinfección de cepillos y peines sumergiéndolos en alcohol o en agua caliente durante una hora.
- Otras medidas como el lavado de la ropa (incluidas toallas y sábanas) en agua caliente, almacenar objetos no lavables en bolsas de plástico cerradas durante dos semanas o recurrir a la aspiradora para “sanear” moquetas, coche, etc. son más controvertidas.

### **Existen distintos tipos de tratamiento para combatir la pediculosis. Algunos más eficaces y recomendables que otros:**

#### **1. Pediculicidas.**

En España, los pediculicidas tópicos comercializados son: la permetrina y otras piretrinas sintéticas, el malatión o el lindano.

Todos estos productos actúan frente al piojo adulto, y tienen una actividad menor frente a las liendres. Ninguno de ellos es 100% ovicida, por lo que con cualquiera de ellos se recomienda realizar una segunda aplicación al cabo de 7 o 10 días para eliminar cualquier parásito que hubiese podido salir de alguna liendre remanente.

La permetrina es la sustancia que cuenta con más estudios de eficacia y la más recomendada y también existen en el mercado asociaciones de piretrinas con butóxido de piperonilo, un agente sintético con escasa actividad insecticida que potencia el efecto neurotóxico de las piretrinas al inhibir las enzimas responsables de su metabolismo y degradación. El malatión es un inhibidor irreversible de la colinesterasa. En comparación a las piretrinas, presenta algunos inconvenientes, como olor desagradable, precisar de un tiempo de aplicación prolongado (entre 8 y 12 horas) y su carácter altamente inflamable.

Además, presenta una frecuencia relativamente elevada de reacciones cutáneas y oculares. El lindano es un derivado clorado del benceno. Se ha utilizado como pediculicida durante muchos años pero su utilidad actual es muy cuestionada ya que se puede absorber a través de la piel intacta y tiene toxicidad sobre el sistema nervioso central. En algunos países se ha prohibido su venta.

## **2. Eliminación mecánica**

La eliminación mecánica de las liendres es un complemento esencial al tratamiento con pediculicida tópico y también es una opción posible, pero menos eficaz, en el caso de contraindicación al tratamiento farmacológico (en casos de niños muy pequeños o mujeres embarazadas). Para que la eliminación mecánica funcione como tal sin pediculicidas, requiere motivación, tiempo y adiestramiento.

Tras realizar el tratamiento con el pediculicida, se deben eliminar los piojos y liendres usando una lendrera, un peine especial de dientes largos y separación estrecha entre dientes, preferiblemente de metal y con las puntas redondeadas. La lendrera debe pasarse sobre el cabello húmedo, sobre el que el piojo tiene menos movilidad.

Se requieren entre 15 y 30 minutos (incluso más si el cabello es largo o muy espeso) para realizar la técnica adecuadamente y es conveniente repetir el cepillado con lendrera cada 3 o 4 días durante al menos dos semanas.

Se han comercializado unos peines eléctricos que matan los piojos cuando hacen contacto con ellos. Deben usarse con el pelo seco, y en estas condiciones, los piojos se mueven muy rápidamente y es más difícil acabar con ellos. Además, hay que tener en cuenta que los peines eléctricos no matan a las liendres.

## **3. Por vía oral.**

Aunque existen algunos estudios de éxito, el uso para la pediculosis de algunos fármacos que se publicitan como tal no está aprobado por lo que se están promocionando indebidamente.

## **4. Remedios caseros.**

Son eficaces, pero es recomendable utilizarlos como complemento a los tratamientos farmacéuticos. El más popular es el uso del vinagre. No es 100% efectivo, pero soltará las liendres y resultará más fácil peinarlas después para que abandonen el cabello. Se debe aplicar caliente y cuando el pelo esté seco y nunca el mismo día en que se utilice el tratamiento farmacéutico. Una vez aplicado el vinagre, debe cubrirse el pelo con un gorro de baño o una toalla, de manera que quede cubierto por completo, dejándolo actuar durante aproximadamente dos horas. Se deberá repetir este proceso dos veces a la semana durante un mes. El champú con aceite de árbol de té que se puede comprar en herbolarios es eficaz a la hora de asfixiar a los piojos.

## **Cuando los piojos no se van...**

En lenguaje médico se denomina “resistencia” y en la mayoría de las ocasiones la causa es una mala utilización de los tratamientos y un incorrecto seguimiento del problema.

En caso de haber seguido correctamente todas las indicaciones, y si después de la aplicación del tratamiento se vuelven a observar piojos adultos a las 24 horas, debería cambiarse el tratamiento habitual por otro alternativo. Nunca se deben utilizar pediculicidas como tratamiento preventivo, así sólo se consigue desarrollar una resistencia a estos productos.

Los nombres y logos de la Academia Española de Dermatología son marcas registradas y no pueden utilizarse sin permiso. Esta información es exclusivamente un consejo médico y no reemplaza a una consulta con un dermatólogo profesional cualificado ya que cada paciente y cada caso específicos requieren atención personalizada.