

## Atención a la Pediculosis

En esta ocasión me dirijo a vosotros para insistir en un tema que crea cierta alarma y que con unas sencillas pautas puede detectarse fácilmente: la pediculosis.

¿*Pediculosis*? ¿De qué estamos hablando? Sencillamente, ¡**de piojos!**

Los piojos son insectos **hematófagos** (se alimentan de sangre) y **parasitarios** (viven a costa de los demás) que se instalan en el pelo de la cabeza de las personas (de ahí su nombre, *Pediculus humanus capitis*).

A pesar de que la creencia popular ha ligado tradicionalmente a los piojos con una posible falta de higiene, este problema no está relacionado con los malos hábitos en el aseo personal.

Tampoco es cierto que sea un problema de niños, cualquier persona puede ser contagiada; es más fácil en los niños pues en sus juegos y actividades están más en contacto unas cabezas con otras pero cuando un niño los tiene los puede pasar fácilmente a sus padres y familiares.

**Sólo con que un niño o niña de la escuela tenga un piojo es suficiente para que puedan tener todos los demás**, si no se toman las medidas correspondientes.

Como es prácticamente imposible erradicar el contagio yo os propongo crear “**el día de la revisión de cabezas**”. Por ejemplo el viernes por la tarde o el domingo, que solemos estar más relajados en cuanto a horarios.

El examinar la cabeza de los escolares, en casa, una vez por semana, hará que detectemos un posible contagio de forma muy precoz, eliminando el problema sin grandes esfuerzos ni complicaciones, con el tratamiento que os cuento más adelante.

¿Cómo lo vamos a reconocer?

- El piojo es un insecto cuyo tamaño varía entre 2 y 4 milímetros.
- Vive en tres estados: huevo (liendre), ninfa y adulto.
- Suele vivir entre 30 y 40 días (¡Si no lo eliminamos antes!).
- Un piojo hembra pone unos 10 huevos al día. Entre 5 y 11 días después de haber puesto los huevos (período de maduración) aparecen las ninfas, que después de 15 días, ya son adultos.



Los adultos se alimentan de sangre que chupan poco a poco pero muy seguido. La saliva que el piojo deposita en la pequeña herida de la picadura es la responsable de la irritación y del picor.

Aunque sean muy pequeños, se pueden ver perfectamente.

También las liendres que son aún más pequeñas que los piojos (0.6-1 mm) se pueden ver con facilidad. Pueden confundirse con caspa pero, a diferencia de la caspa, si agitas o cepillas el cabello, las liendres no caen. También podemos distinguir entre los huevos llenos y los vacíos. Los llenos son de color blanco y no brillan, en cambio los vacíos son casi transparentes.

Conviene buscarlos detrás de las orejas y en la nuca o mirar minuciosamente toda la cabeza si el niño se rasca mucho o refiere picor.

Para llevar a cabo la revisión semanal usad una lendrera que se puede adquirir en farmacias (*mejor metálica para que no se rompan las púas*) y en pocos minutos, con paciencia, la pasáis por todo el pelo del niño/a cogiendo poca cantidad en cada pasada y mirando si hay algún "intruso" vivo o liendres.

Os adjunto un power point para que veáis el proceso paso a paso.

Hasta que el niño no esté totalmente libre de liendres y piojos, no puede volver a clase, para evitar contagiar a sus compañeros o profesores.

