

Prevención de Piojos

Prevención de Piojos en la Escuela y en la Casa

Esta información está hecha para que todo el mundo...

- ✓ Aprenda sobre los piojos,
- ✓ Descubra cómo identificarlos, y
- ✓ Trabajen juntos para reducir su presencia

Un hecho sorprendente acerca de los piojos es que mucha gente que los tiene no siente picazón ni tiene síntomas.

Los piojos pueden llegar a las escuelas de muchas maneras. Cualquier persona que entre por la puerta puede ser portador. Algunas veces padres o hermanos tienen piojos y no lo saben. Así que es importante revisar a **TODOS** los miembros de la familia!

Los piojos no tienen nada que ver con la limpieza de una casa o nuestras habilidades como padres. Los piojos no discriminan por nivel de ingresos ni higiene. Cualquiera puede tener piojos. Los piojos quieren a todo el mundo!

Revise cada semana, trate con champu para piojos si encuentra piojos o huevos, y retire todos los piojos y huevos vivos con un peine o con los dedos para deslizarlos fuera del cabello.



Tips Para Prevenir Piojos:

- ✓ Revise a sus niños cada semana, todo el año!
(Mucha gente no siente picazón, así que no saben que tienen piojos!)
- ✓ Revise a **TODOS** los miembros de la familia si alguien está infectado.
- ✓ Reporte el caso a la escuela, para que otras familias revisen a sus niños.
- ✓ Haga que su niño se registre en la oficina de la escuela cuando regrese después del tratamiento.
- ✓ Siga todas las instrucciones para el tratamiento contra piojos que usted escoja.
- ✓ Peine la cabeza de su niño **TODOS LOS DIAS** por 2 o 3 semanas hasta que todos los piojos y los huevos se hayan ido. (Es muy importante ser exhaustivo!)

¿Qué pueden hacer las escuelas?

Mientras los padres hacen el trabajo duro de tratar y peinar para eliminar los piojos, las escuelas toman algunas medidas proactivas para evitar el contagio tanto como se pueda.

Las Acciones en la Escuela son respuestas comunes en casos de piojos. Las Acciones en Casa son la respuesta sugerida si su niño tiene piojos.

¿Qué pasa cuando un estudiante tiene piojos en la escuela?

Cuando se encuentran piojos en un estudiante en la escuela, los padres serán notificados por teléfono. Al estudiante se le puede recoger temprano o permanecer en su ambiente regular hasta el final del día. Si un padre no está familiarizado con cómo identificar los piojos, puede venir a la escuela para que se le muestren los piojos y/o huevos. Los padres deben tratar los piojos en casa con un tratamiento para piojos y remover los huevos del cabello, prestando particular atención a los que están cerca del cuero cabelludo.

El estudiante puede regresar a la escuela cuando:

- NO tenga piojos vivos y
- NO tenga huevos a $\frac{1}{4}$ de pulgada de la cabeza y
- Haya sido revisado en la cabeza en la oficina de la escuela y se le haya dado el "okay" para regresar a clase.

Acciones que podemos tomar juntos

Acciones en la Escuela

Notificar - Los padres serán notificados cuando se encuentre que un estudiante tiene piojos en la escuela. Las familias de los compañeros de clase serán notificadas sobre los piojos. Ningún nombre será revelado.

Revisar - Todos los estudiantes que regresen a la escuela después del tratamiento serán revisados antes de regresar al salón de clase.

Educación - Las escuelas educarán a las familias sobre cómo evitar el contagio de piojos, cómo identificarlos y detectarlos, y cómo eliminarlos.

Enseñar a los estudiantes Las escuelas enseñarán a los estudiantes a prevenir el contagio de piojos.

Juguetes blandos - Colocar en una bolsa y selle por 2 semanas (almohadas, ropa de juguete, y otras ropas incluidas).

Aspirar - Aspirar las alfombras y los muebles

Abrigos - Proveer bolsas de plástico para guardar abrigos, bolsos, sombreros, bufandas y guantes durante el día.

Proveer - Kits de tratamiento para cualquiera que necesite ayuda con la compra.

Acciones en Casa

Revisar - Revise a todos los miembros de la familia (muchos no tienen síntomas).

Tratar - Si se encuentran piojos o huevos, tratar con champú anti piojos (u otro tratamiento recomendado), incluyendo la eliminación manual de los huevos que se encuentren a menos de $\frac{1}{4}$ " de la cabeza. Trate, luego SIEMPRE continúe con la eliminación de huevos.

Notificar - Reporte cualquier caso de piojos en la escuela el mismo día.

Reportar - Cuando su estudiante ya no tenga piojos o huevos a $\frac{1}{4}$ " de la cabeza, haga que regrese a la escuela, reportándose primero a la oficina para que sea revisado antes de regresar al salón de clase.

Revisar de nuevo - Una vez que los piojos se hayan eliminado en su familia, revise a toda la familia cada semana por el resto del año escolar.

Aspirar - aspire todas las alfombras y los muebles.

Usar bolsas - Coloque en bolsas todos los objetos blandos que se han estado usando.

Lavar - Lave y seque todas las sábanas y las fundas de las almohadas.

Consultar - Si tiene dificultades para eliminar los piojos, consulte a su médico.

Juegos con amigos - O piyamas, acuerde que cada familia revise a su niño antes de que jueguen juntos.

Ciclo de vida del piojo

Etapa	Acción	Notas
Piojo adulto	→ Los piojos vivos llegan a la cabeza y ponen huevos	→ Los huevos siempre los ponen piojos adultos - no se pueden contraer sólo los huevos. → Los piojos tienen seis patas para sujetarse al cabello y avanzar - no pueden saltar ni volar. → Los piojos que afectan a los humanos no afectan a las mascotas. → Los piojos pueden vivir unos 30 días en un huésped humano, y las hembras pueden poner hasta 100 huevos. → Los piojos no pueden sobrevivir fuera de un huésped humano por más de 24-48 horas. → Los huevos pueden sobrevivir una semana o más fuera de un humano.
Huevo	→ Los huevos tardan 7-10 días en nacer	
Ninfas	→ Las ninfas tardan 7-10 días en madurar y en que la hembra comience a poner sus propios huevos	
Piojo adulto	→ Las ninfas maduras tienen la habilidad de reproducirse y continuar el ciclo	

Importante: Los remedios comunes para los piojos requieren tratamientos que se administran en ciclos de siete días. Esto está diseñado para matar al piojo adulto inicial (para que ya no puedan poner huevos), y para atrapar a cualquier ninfa que haya nacido antes de que madure lo suficiente para comenzar a poner huevos otra vez.

¿Cómo se transmiten los piojos?

→ Los piojos se pueden transmitir por contacto directo con la cabeza o el cabello de un individuo infectado. Los piojos también se pueden esparcir cuando se comparten artículos personales como sombreros, toallas, cepillos, cascos, cintas para el cabello, etc. Existe también la posibilidad de transmitirlo a través almohadas, posa-cabezas, o artículos similares.

→ Los piojos no saltan ni vuelan y generalmente no pueden vivir más de 48 horas fuera del huésped.

→ No olvide revisar a toda la familia si un miembro está infectado!

¿Cómo reviso la cabeza de mi niño?

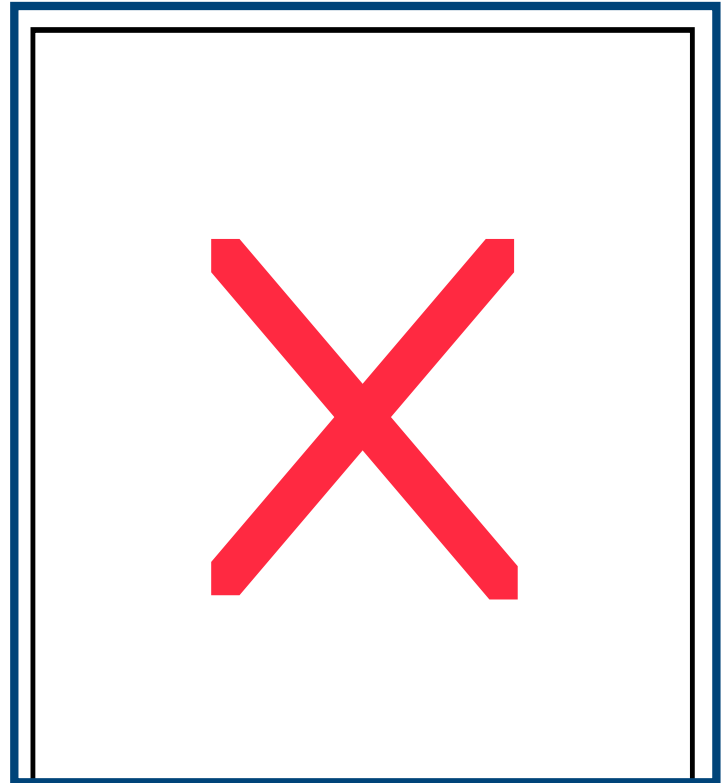
→ Comience por separar el cabello en secciones pequeñas.

→ Usando luz natural o una lámpara de alta intensidad (y una lente si es necesario) examine el cabello detrás de las orejas, la nuca y el cuero cabelludo para encontrar piojos o huevos.

Identificación del piojo

Los piojos son difíciles de ver!

- Los huevos son pequeños, amarillosos, de forma ovalada, que se pegan en ángulo a la hebra de cabello.
- Los huevos y los piojos son transparentes luego que nacen, y desarrollan un color rojo-marrón luego de alimentarse de sangre humana. Los piojos necesitan sangre para sobrevivir.
- Los piojos son del tamaño de una semilla de sésamo o más pequeños.
- Los huevos no pueden ser movidos fácilmente como la caspa - requieren peines especiales o incluso las uñas en caso de cabello fino. Algunos padres han encontrado que es más fácil halar los cabellos que tienen huevos o cortarlos con una tijera pequeña.



Tratar la cabeza de mi niño

Tratamiento (usando el producto seleccionado) + Peine = Eliminación Total

¿Cuál método de eliminación es mejor?

La literatura y la información en la web, en las escuelas y de otros padres puede ser abrumadora para padres que buscan la mejor, más eficiente y más saludable manera de tratar los piojos. Aquí hay algunos dilemas:

- Los padres buscan evitar tratamientos "químicos" fuertes, pero aún así quieren eliminar los piojos.
- Algunos tratamientos pueden eliminar el piojo adulto, pero no pueden matar los huevos.

Debido a su tamaño, su persistencia y su largo ciclo de vida, muchas familias tienen infecciones recurrentes de piojos, dando la impresión de que los piojos son un caso "nuevo" o que son resistentes al tratamiento.

¿Son los champús anti piojos peligrosos?

La FDA requiere pruebas de que los productos son seguros antes de aprobarlos, pero algunos individuos tienen vulnerabilidades únicas que deben ser consideradas antes de cualquier tratamiento.

Los individuos que tengan enfermedades pre-existentes, incluyendo asma, epilepsia, tumores cerebrales, cáncer o sida, que estén tomando medicamentos, o que hayan sido tratados anteriormente por piojos, así como mujeres embarazadas o en lactancia, pueden ser más vulnerables a efectos secundarios y deberían consultar a su médico.

En general, los médicos prefieren los tratamientos Rid o Nix en lugar de alternativas homeopáticas, ya que está probado que matan al piojo adulto y los huevos.

Paso 1 - Seleccione un tratamiento para piojos

Tratamiento	Acción	Pros/Contras
Rid (Pyrethrin)	Siga las instrucciones de la caja, pero en general: ✓ Aplique el producto generosamente en el cabello SECO. ✓ Déjelo por 10 minutos. ✓ Lave solo con agua (sin jabón) ✓ Repetir en 7-10 días para matar los huevos o los piojos adultos que puedan haber nacido.	Pros: Rid contiene Pyrethrin, una terapia natural para tratar piojos. También es un extracto derivado de los crisantemos. Contras: Individuos con ciertas alergias o con asma a menudo necesitan usar Nix porque es más puro que Rid.
Nix (Permethrin)	Las mismas acciones que Rid	Nix (Permethrin) es una versión sintética de Pyrethrin. Puede funcionar mejor para individuos con alergias o asma.
Cetafil Aceite de oliva Aceite de árbol de te	Siga las instrucciones que vienen con el tratamiento, pero en general: ✓ Aplique el producto generosamente en el cabello SECO. ✓ Déjelo por cierto tiempo (algunas veces toda la noche). Estos productos están diseñados para matar al piojo vivo asfixiándolo.	Pros: Algunas familias creen que los casos recurrentes de piojos se deben a piojos "resistentes" y que los métodos homeopáticos son mejores que los champús para eliminar piojos. NOTA: Si algún piojo muere luego de un tratamiento inicial con champú, este no es resistente. Contras: Estudios indican que estos métodos no matan el piojo, sino que simplemente los pone a hibernar. Esto hace que sean más fáciles de retirar, pero no los elimina.

¿Qué tratamiento se aplica para una casa o escuela?

Las casas y las escuelas no se infectan de piojos, sólo las personas. Los piojos son parásitos humanos que requieren sangre humana para sobrevivir. Aspirar es la manera más segura para eliminar piojos o cabellos infectados que han caído en muebles, alfombras, peluches o asientos del carro, cualquier sitio donde una persona con piojos pueda haber puesto la cabeza. Los sprays pesticidas no son necesarios y pueden ser un riesgo para las personas y el ambiente. Aspire, coloque los juguetes blandos en una bolsa, y guarde su tiempo y energía para lo que en verdad lo beneficia: la eliminación de los huevos.

Paso 2 - Peine la cabeza diariamente por 2-3 semanas hasta que los piojos y los huevos desaparezcan

<p>Peine</p>	<p>√Ningún producto ha sido altamente exitoso en eliminar los huevos de piojo. Todos requieren peinar o retirar los huevos todos los días durante el tratamiento (típicamente 2-3 semanas hasta que todos los adultos y los huevos se hayan eliminado).</p> <p>√Algunas familias encuentran que ayuda más tener a dos (o más) adultos buscando piojos. Muchos adultos tienen problemas para ver los piojos y los huevos, y un par adicional de ojos ayuda a retirar TODOS los piojos y huevos.</p> <p>√Las lupas (o lentes) y una lámpara brillante son útiles en este proceso.</p>	<p>Pros: Combinado con cualquiera de los tratamientos anteriores, el peinado elimina los piojos si se hace con cuidado. El único tratamiento que tiene altas probabilidades de encontrar y eliminar los huevos. Algunos padres encuentran que los peines de metal son más fáciles de usar que los de plástico.</p> <p>Contras: Requiere trabajo y tiempo (pero no es opcional). Algunos cabellos pueden ser "demasiado finos" para los peines para piojos y requieren que los huevos se retiren manualmente.</p>
<p>Lindano Kerosene Malthion</p>	<p>Estas tres sustancias son tratamientos tóxicos fuertes, y NO deben ser usados para tratar los piojos.</p>	<p>NO USE ESTOS PRODUCTOS EN SU CASA O EN SU NIÑO. El Lindano está prohibido en Estados Unidos. El Malthion solo debe ser usado con prescripción médica. El Kerosene, tóxico e inflamable, nunca debe ser usado!</p>

Ya limpié la cabeza de mi niño, ¿ahora qué hago?

Porque el piojo aparece en todas partes, es difícil saber qué limpiar, qué no limpiar, y qué tan a menudo limpiar.

Atrapando el piojo de almohadas, carros y muebles...

Si un piojo cae de la cabeza, o si un huevo adherido a un cabello se cae, es posible que el piojo infecte a otra persona que coloque la cabeza en el mismo lugar. Aspirar es lo que se recomienda en zonas u objetos que puedan estar en contacto con los que están infectados.

Los piojos vivos solo pueden vivir unas 48 horas fuera de un huésped humano.

Los huevos pueden sobrevivir 7-10 días antes de que nazcan fuera de un huésped humano.

Recursos	Detalles
<p>Los empleados de la oficina y la enfermera de la escuela</p>	<p>La enfermera de la escuela está disponible para ayudar a los padres a aprender a buscar piojos y responder preguntas relacionadas. Los empleados de la oficina de la escuela también están disponibles para sus preguntas cuando la enfermera no esté disponible.</p> <p>Los empleados de la oficina de la escuela también:</p> <ul style="list-style-type: none"> → Le notificará al salón de clase de su niño si un niño se infectó de piojos. Ningún nombre será revelado. → Proveerá champú contra piojos si su familia tiene necesidades económicas. → Revisará si su niño tiene piojos o huevos cuando regrese a la escuela después del tratamiento (éste es un requisito). → Coordinará cualquier actividad de la escuela relacionada con comunicaciones o protocolos en caso de piojos.
<p>Su medico principal</p>	<p>Si usted ha tratado a su niño por tres semanas y éste AUN tiene piojos presentes, busque tratamiento medico y consejo de su pediatra. O, si usted ha aplicado el tratamiento, piensa que los eliminó, pero de repente los ve de nuevo en el mismo mes, busque tratamiento medico y consejo (puede que no los haya eliminado por complete la primera vez).</p>
<p>Otros recursos sugeridos</p>	<p>En Internet hay recursos para padres, pero puede ir de lo útil a lo abrumador. Varios recursos que han sido revisados por personal medico y pueden ser de ayuda para padres son:</p> <ul style="list-style-type: none"> → Sitio del CDC: www.cdc.gov/lice/head → Manual de tratamiento de piojos de Michigan: www.michigan.gov/documents/Final_Head_Lice_Manual_103750_7.pdf

*Gracias a Amy Peterson, Evans Bailey, M.D.
y a Marcia White por su ayuda
en compilar este documento.*

