

Piojos de la cabeza

¿Qué son los piojos de la cabeza?

Los piojos (nombre científico: *Pediculus humanus capitis*) son pequeños insectos que viven en el cabello de las personas y se alimentan de sangre humana. La mayoría de las veces, los piojos se encuentran cerca del cuero cabelludo. No se sabe que los piojos contagien alguna enfermedad.

¿Cómo son los piojos de la cabeza?

Los piojos tienen tres etapas de vida: huevo (liendre), ninfa y adulto. Las liendres son huevos pequeños, ovalados, de color amarillo o blanco, y generalmente se encuentran en las partes del cabello más cercanas al cuero cabelludo. Las liendres tardan de 8 a 9 días en eclosionar y pasar a la siguiente etapa de vida cuando se convierten en ninfas.

Las ninfas parecen pequeños piojos adultos y deben alimentarse de sangre para sobrevivir. Las ninfas mudan su piel (muda) tres veces y se convierten en adultos entre 9 y 12 días después de la eclosión.

Los piojos adultos son de color canela o blanco grisáceo, tienen seis patas y son del tamaño de una semilla de sésamo. Los piojos adultos deben alimentarse de sangre para sobrevivir y morirán dentro de 1 a 2 días si se los quita de la cabeza de una persona.

¿Dónde se encuentran los piojos de la cabeza?

Los piojos generalmente se encuentran infestando el cuero cabelludo de una persona, particularmente detrás de las orejas y cerca del cuello. A veces, los piojos se encuentran en las pestañas y las cejas. Los piojos femeninos adultos depositan liendres en el cabello, y las liendres a menos de $\frac{1}{4}$ de pulgada del cuero cabelludo generalmente contienen piojos que eventualmente eclosionarán. Las liendres ubicadas más lejos del cuero cabelludo por lo general están vacías (lo que significa que las ninfas ya han salido del cascarón) o están muertas.

Por lo general, los piojos que se encuentran en la ropa o la ropa de cama son piojos del cuerpo, no piojos de la cabeza. Los piojos que tienen una apariencia redonda similar a la de un cangrejo y se encuentran en el vello púbico u otro vello corporal grueso (axilas, tórax y vello facial) se denominan piojos púbicos.

¿Cuáles son los signos y síntomas de la infestación de piojos de la cabeza?

Los síntomas más comunes de la infestación de piojos (también llamada “pediculosis”) incluyen:

- Sensación de algo que se mueve en el cabello.
- Una sensación de picazón en el cuero cabelludo, que es causada por una reacción alérgica a las picaduras de piojos.

- Irritabilidad y dificultad para dormir, ya que los piojos son más activos durante la noche
- Rascarse intensamente, lo que puede causar llagas que pueden provocar infecciones bacterianas.

Las señales de que una persona tiene piojos incluyen:

- Liendres pegadas en el cabello, especialmente cerca del cuero cabelludo (que no debe confundirse con escamas, suciedad o caspa que se pueden quitar fácilmente con un cepillo)
- Piojos que se mueven en el cabello

Los piojos son muy pequeños, se mueven rápidamente y evitan la luz, por lo que puede ser difícil encontrarlos en el cabello de alguien. Peinarse el cabello con un peine metálico para liendres puede ayudar a encontrar piojos y liendres. Si no está seguro de si usted o un niño tienen piojos, hable con un médico o un enfermero.

¿Cómo se contagian los piojos de la cabeza?

Los piojos generalmente se contagian por el contacto de cabeza a cabeza (o de cabello a cabello) con una persona que ya está infestada de piojos. El contacto cabeza a cabeza puede ocurrir en diferentes actividades o situaciones, que incluyen:

- Reuniones familiares
- Reuniones de juego
- Deportes
- Pijamadas o fiestas de pijamas
- Campamentos
- Tomar selfies

Los piojos también se pueden contagiar al compartir peines, sombreros, ropa, cintas o pinzas para el cabello, bufandas u otros artículos personales que entren en contacto con la cabeza de una persona. Es más probable que los piojos se contagien entre los niños en el hogar, la guardería o la casa de un amigo que en la escuela.

¿Quién puede contagiarse piojos de la cabeza?

Los piojos son más comunes entre los niños en edad escolar. Tener piojos en la cabeza no es un signo de mala higiene o falta de limpieza: cualquiera puede tener piojos en la cabeza.

¿Cómo eliminar los piojos de la cabeza?

Los productos de venta libre y los medicamentos recetados por un médico están disponibles para el tratamiento de los piojos. Para obtener más información sobre las opciones de tratamiento, visite la [página web sobre piojos de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades de los EE. UU.](https://www.cdc.gov/parasites/lice/head/es/tratamiento.html) (<https://www.cdc.gov/parasites/lice/head/es/tratamiento.html>).

Solo las personas con piojos activos (piojos que se mueven en el cabello y liendres a menos de ¼ de pulgada del cuero cabelludo) deben recibir tratamiento. Los miembros de la familia y otros contactos cercanos deben revisarse, si se encuentran piojos, también deben tratarse. Todas las personas infestadas en el mismo hogar y los contactos cercanos deben recibir tratamiento al mismo tiempo para que los piojos no continúen contagiándose.

Es importante seguir las instrucciones en la etiqueta del producto o las instrucciones dadas por un médico. Algunos tratamientos para los piojos o medicamentos utilizados para matar los piojos (llamados pediculicidas) pueden no matar las liendres, por lo que es posible que se requiera un segundo o tercer tratamiento. Siempre consulte la etiqueta del producto para obtener instrucciones. Solo se recomienda repetir el tratamiento si se encuentran piojos en movimiento y activos entre 7 y 9 días después del último tratamiento.

Peinarse para quitar las liendres también es esencial cuando se trata de una infestación de piojos. Se debe peinar el cabello cada 2 a 3 días con un peine para liendres durante dos semanas o hasta que ya no se encuentren liendres. Los peines para liendres deben ser de metal y tener dientes largos; puede encontrar varias marcas en su farmacia local. También se pueden usar peines antipulgas de metal de las tiendas de mascotas.

¿Qué pasa si el tratamiento contra los piojos de la cabeza no funcionó?

Hay varias razones por las que el tratamiento contra los piojos puede no haber funcionado:

- 1) Se usó muy poco medicamento para el tratamiento o no se siguieron correctamente las instrucciones para el tratamiento.
 - a. Ejemplo: Se lavó el cabello con champú demasiado pronto; no vuelva a lavar el cabello durante 1 o 2 días después de quitar el medicamento contra los piojos.
 - b. Ejemplo: Se usó acondicionador para el cabello antes del tratamiento contra los piojos. Los acondicionadores pueden actuar como barreras que evitan que el medicamento para los piojos se adhiera al cabello, lo que reduce la eficacia del medicamento.
- 2) Los piojos pueden ser resistentes a algunos medicamentos disponibles. Si cree que este es el caso, comuníquese con su médico para obtener opciones de tratamiento adicionales.
- 3) El problema no eran los piojos (las liendres pueden parecer caspa o gotas de producto para peinar el cabello).
- 4) La persona volvió a tener piojos.

Recuerde que después del tratamiento es posible que no todos los piojos mueran de inmediato porque no todos los tratamientos matan las liendres. Si una persona recibe tratamiento para los piojos, los piojos vivos pueden morir, pero las liendres pueden eclosionar más tarde y luego deben tratarse nuevamente.

No quiero usar medicamentos en mí ni en mi hijo. ¿Existen opciones alternativas de tratamiento para los piojos de la cabeza?

Se ha demostrado que los dispositivos que soplan aire caliente a un flujo alto hacia el cuero cabelludo y el cabello matan tanto las liendres como los piojos. Los tratamientos requieren al menos 30 minutos y capacitación especializada para su uso.

No existe evidencia científica que respalde el uso de productos que contengan vinagre, alcohol isopropílico, compuestos a base de enzimas, aceite de árbol de té o productos similares para matar o eliminar las liendres del cuero cabelludo. No se ha demostrado que la mayonesa, el aceite de oliva, la mantequilla derretida, la vaselina y otros productos “sofoquen” las liendres o maten los piojos. La seguridad de los productos naturales (como los productos a base de hierbas) no está regulada por la Administración de Alimentos y Medicamentos de los EE. UU.

¿Debo tratar o limpiar mi casa si alguien en mi casa tiene piojos de la cabeza?

La ropa, la ropa de cama y las toallas usadas por una persona infestada dos días antes del tratamiento deben lavarse con agua caliente y luego colocarse en una secadora de ropa en el ciclo caliente. La ropa y otros artículos que no se puedan lavar o lavar en seco se pueden colocar en una bolsa de plástico sellada durante dos semanas. Los peines, cepillos, bandas para el cabello y pinzas para el cabello deben remojar en agua caliente (>130 °F) durante 5 a 10 minutos. Las alfombras y los muebles donde la persona infestada se haya sentado o acostado, se pueden aspirar; no es necesaria la fumigación de la vivienda.

¿Cómo se pueden prevenir las infestaciones de piojos de la cabeza?

Se pueden tomar las siguientes medidas para prevenir el contagio de los piojos:

- Evite el contacto directo con alguien que tenga piojos, incluso mientras juega o participa en otras actividades en el hogar, la escuela o en cualquier otro lugar (como en fiestas de pijamas o campamentos).
- No comparta sombreros, bufandas, abrigos, suéteres, bandas para el cabello, cintas para el cabello, pasadores, peines, cepillos, auriculares o toallas.
- No se acueste en camas, sofás, almohadas, alfombras o animales de peluche que hayan estado en contacto recientemente con alguien que tenga piojos.

Actualizado en enero de 2022