GUÍA PRÁCTICA PARA LA PREVENCIÓN Y LA ELIMINACIÓN DE LA PEDICULOSIS EN LA ESCUELA

Edita:

ACISE -*Associació Catalana d'Infermeria i Salut Escolar*-, entidad sin fines de lucro.

c/Massana 4, 1-2.

17600 Figueres (Girona)

acise.2015@gmail.com

www.acise.cat

Primera edición: 2018

D.L: GI 249-2018

Autoras: Gràcia M. Soler Pardo y Rosa M. Subirós Teixidor

Ilustraciones: Pol Gañil

Diseño y maquetación: Carmen Montalvo

©ACISE2018

Todos los derechos reservados. Esta guía y cualquiera de sus partes no podrán ser reproducidas ni archivadas en sistemas recuperables, ni transmitidas en ninguna forma o por ningún medio, ya sean mecánicos, electrónicos, fotocopiadoras, grabaciones, o cualquier otro, sin el permiso previo de los titulares del Copyright.

INTRODUCCIÓN

Esta guía va dirigida a profesionales de salud, responsables de centros educativos, profesorado y a los padres de los alumnos.

Tiene como objetivo aclarar dudas y aportar los conocimientos necesarios sobre la **pediculosis** o **parasitación por piojos**, para realizar correctamente la prevención y el tratamiento de eliminación de la infestación, afrontando el contagio con normalidad y así, reducir el estigma que suele ir asociado a la patología.

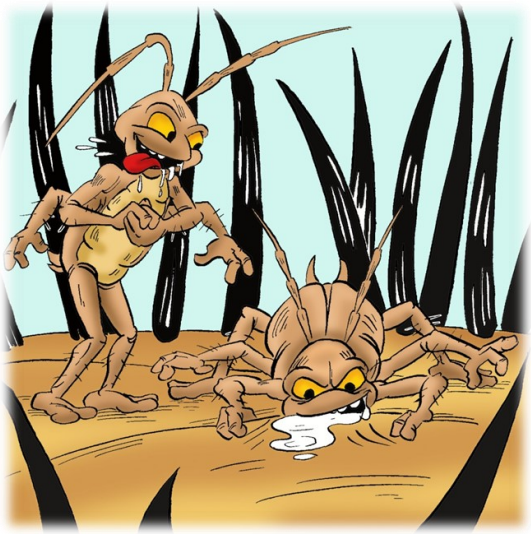
¿QUÉ ES LA PEDICULOSIS?

Es la parasitación por el parásito ***Pediculus capitis***, conocido popularmente como "piojo". Los huevos depositados en la base del cabello se denominan liendres.

Normalmente la infestación se limita al cuero cabelludo, pero en algunos casos graves puede afectar las cejas y las pestañas.

El síntoma principal de la presencia de piojos es el picor intenso y persistente en la cabeza, producido por la irritación que provoca la saliva que inyecta el piojo al picar.

Las zonas de la cabeza donde suele ser más acentuado el picor son detrás de las orejas y la nuca.



¿CÓMO ES EL PIOJO DE LA CABEZA (*Pediculus Capitis*)?

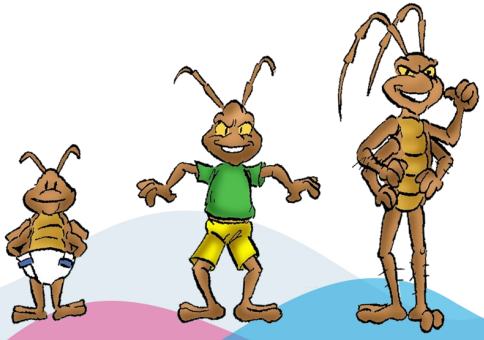
- Es un parásito exclusivo del hombre que vive en el cabello.
- Son insectos hematófagos (se alimentan de la sangre que succionan de la piel de la cabeza).
- Son visibles, miden entre 2 mm (macho) y 3 mm (hembra).
- Son ovíparos (ponen huevos).
- El color varia en función del estado de desarrollo en que se encuentre; va del blanco pálido o grisáceo (en el caso de las liendres) hasta un gris más oscuro tirando a marrón (en el caso del piojo adulto).
- Les liendres son los *"babies"* de los piojos. Pequeños huevos que se encuentran adheridos en la base del cabello y que en 7-10 días se convierten en piojos.

LOS DIFERENTES TIPOS DE PEDICULOSIS

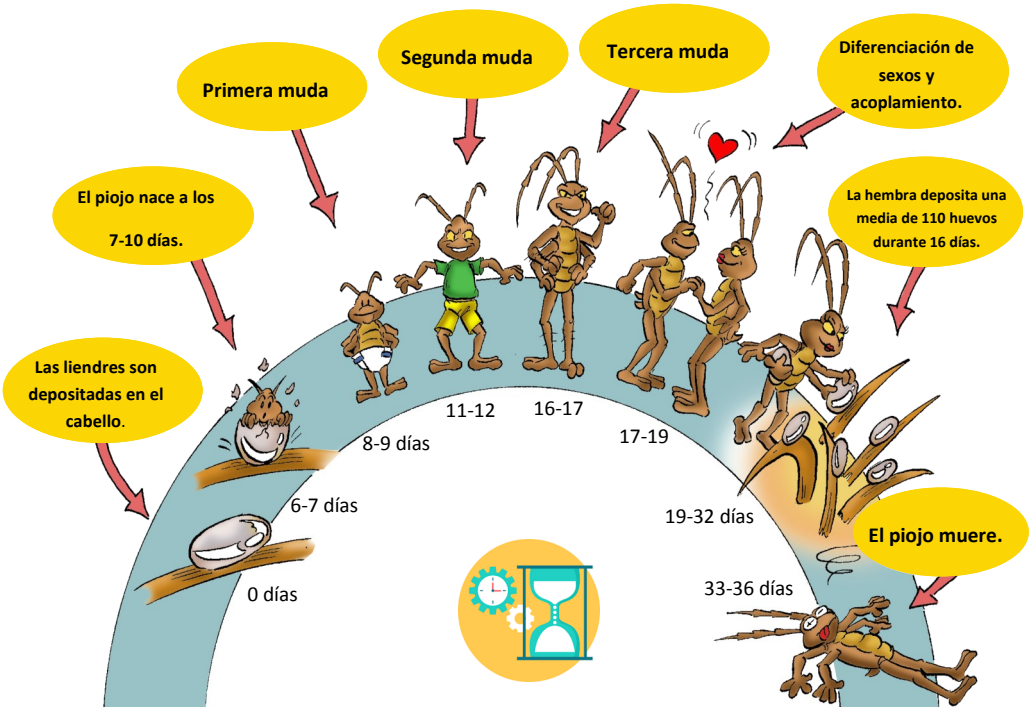
Piojo de la cabeza (*Pediculus humanus capitis*): afectación exclusiva de la cabeza, no se relaciona con la suciedad ni los malos hábitos higiénicos.

Piojo del cuerpo (*Pediculus humanus corporis*): afectación del cuerpo, se relaciona con la suciedad y los malos hábitos higiénicos (frecuente en vagabundos y en épocas de guerra), vive en la ropa y puede contagiar enfermedades (tifus...).

Piojo del pubis o ladillas (*Phthirus pubis*): se contagia principalmente durante las relaciones sexuales y se relaciona con los malos hábitos higiénicos.



EL CICLO VITAL DE LOS PIOJOS



Los piojos de la cabeza tienen una vida aproximada de un mes (33-35 días). La reproducción tiene lugar exclusivamente en la cabeza del ser humano (fuera no viven más de 24 horas por falta de alimento y temperatura).

La hembra pone de 4 a 8 huevos por día, entre 150-200 huevos en el trascurso de su ciclo de vida.

Las liendres se adhieren a la base del cabello y cuanto más lejos estén de la raíz serán viejas o estarán muertas.

LAS ETAPAS DEL PIOJO

Liendres o huevos (6-7 días): éstos se encuentran adheridos a la base del cabello. Un 60% llegan a ser piojos adultos.

Ninfas (9-10 días): son los bebés de los piojos que acaban de salir de los huevos. Son invisibles al ojo humano. Su cuerpo pasará por tres etapas de crecimiento hasta convertirse en piojos adultos con la capacidad de reproducirse.

Piojos adultos (15-16 días): las hembras depositan huevos diariamente. Para asegurar la adherencia de éstos, segregan una sustancia pegajosa e insoluble al agua que adhiere la liendre al cabello.

Los piojos se adaptan exclusivamente al cabello humano porque tienen las condiciones adecuadas para satisfacer sus necesidades:

- **temperatura**
- **humedad estable**
- **refugio**
- **acceso ilimitado al alimento**
- **acceso a la pareja**
- **soporte para la reproducción**
- **ausencia de depredadores**

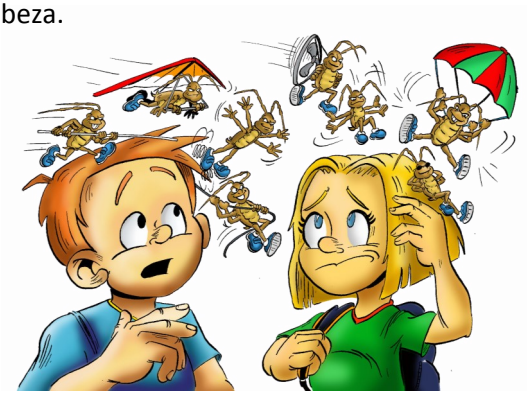
El piojo que por arrastre o por iniciativa propia sale fuera del huésped, se expone a factores que ponen en peligro su supervivencia. Si no encuentra otro huésped en poco tiempo (entre 6 y 48 horas), morirá debido a los cambios de temperatura, humedad y ausencia de alimento.

Temperaturas por debajo de los 0º C y superiores a los 40º C son letales para su existencia.

MECANISMOS DE TRANSMISIÓN

Contrariamente a lo que todos creemos, los piojos **no saltan ni vuelan**. Se desplazan rápidamente y tienen una gran habilidad para adherirse y trepar por el cabello hasta instalarse en la cabeza de un nuevo huésped.

La situación más propicia de contagio es por el **contacto directo de cabello a cabello**. Solo un pequeño porcentaje de transmisión se debe al transporte pasivo a través del intercambio de objetos o ropa, que impliquen un contacto directo e inmediato con la cabeza.



¿CÓMO SE PRODUCE EL CONTAGIO?

- **Contacto cabeza con cabeza:** es el medio más frecuente de transmisión.
- **Compartir objetos de uso en la cabeza:** probable pero poco frecuente (peines, pañuelos, gorras, capuchas, diademas, bufandas, pasadores, pelucas, auriculares…).
- **Por contacto indirecto de objetos y superficies:** es el menos frecuente (ropa de vestir, ropa de cama, asientos, cojines, toallas, peluches...).
- **A través de un elemento del medio ambiente:** transmisión rara y excepcional (césped, arena, agua...; dentro del agua, los piojos entran en estado latente durante 2 horas).
- **A través de animales domésticos:** No hay transmisión.

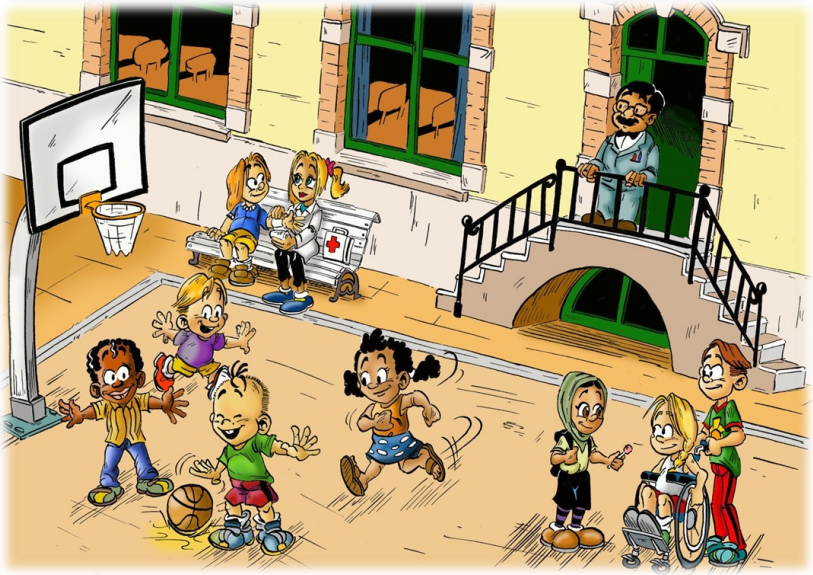
¿A QUIÉN AFECTA LA PEDICULOSIS?

Cualquier persona es susceptible de sufrir pediculosis, pero la población con mayor riesgo de contagio es la de edad escolar, desde la infancia hasta la adolescencia.

PREVENCIÓN DE LA PEDICULOSIS

El mejor método preventivo para combatir la pediculosis es la revisión periódica manual y la utilización de peines para piojos o “lendreras” (normales o eléctricas), en niños y adolescentes entre los tres y los catorce años de edad.

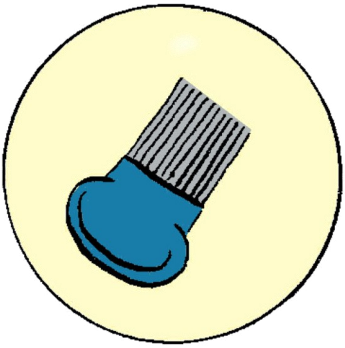
La prevención química (espray repelente), nos permite prevenir el contagio cuando en el entorno más próximo (escuela, casa) se detecta infestación.



PROCEDIMIENTO DE INSPECCIÓN Y EXTRACCIÓN

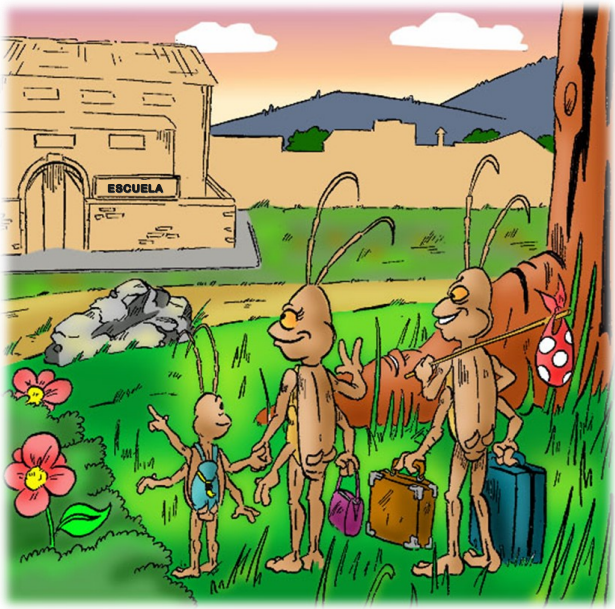
- Revisión visual y manual del cuero cabelludo y del cabello, examinar detalladamente (**cabello a cabello)**, con la ayuda de una lendrera.
- Revisar con especial cuidado la zona de la nuca y detrás de las orejas, ya que son los lugares más comunes para encontrar piojos debido a que son las zonas más cálidas de la cabeza.
- Disponer de una buena iluminación. Algunas veces será necesaria la utilización de una lupa; procurar que el niño/a este relajado/a y quieto/a para poder trabajar bien.
- Sentar a la persona a revisar, a una altura que nos permita visualizar el cabello lo mejor posible.
- Una vez finalizada la revisión, es necesario sacudir enérgicamente el peine en el lavabo o sobre un papel, para ver si hay algún piojo y limpiar la lendrera bajo el grifo con agua caliente.

INFORMACIÓN SOBRE LAS LENDRERAS



- Existen en el mercado distintos modelos.
- Los espacios interdentales no deben de superar los 0,2 mm (espacios mayores dejan pasar las liendres).
- Las más recomendadas son las de metal, debido a su rigidez y el poco espacio interdental.
- Las lendreras de plástico se pueden deformar con el uso, son útiles para la expulsión de “ninfas” y piojos adultos, pero podrían dejar escapar las liendres.
- Actualmente se comercializan “lendreras eléctricas” que funcionan dando una pequeña descarga eléctrica que mata los piojos. Éstas se deben utilizar sobre cabello seco y bien peinado. Es eficaz contra piojos adultos y ninfas, pero no es confiable para la eliminación de liendres.

PEDICULOSIS EN LA ESCUELA



- Se estima que aproximadamente el 15% de la población escolar estaría afectada por la pediculosis.
- Es habitual que se originen pequeñas epidemias, coincidiendo con el inicio escolar, excursiones, campamentos de verano...
- Los piojos pueden afectar a cualquier persona, siendo los niños y niñas en edad escolar el grupo con mayor riesgo; hay una mayor prevalencia en las niñas.
- Las diferencias culturales o socioeconómicas no influyen en el riesgo de infestación, pueden sufrirlo todas las clases sociales.
- Estos tipos de piojos **no están relacionados con la suciedad.**

PIOJOS EN LA ESCUELA

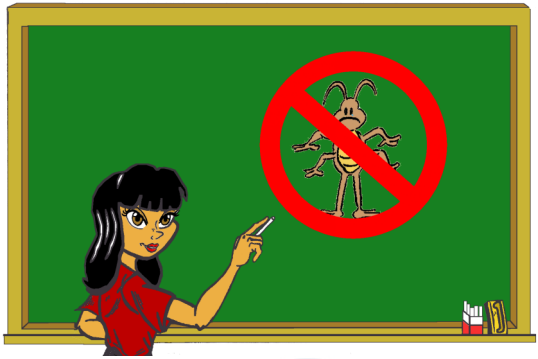
Medidas preventivas de carácter general dirigidas a romper la cadena de transmisión

- Explicar a los/as niños/as que eviten el intercambio de ropa u objetos personales que se coloquen en la cabeza y/o sean considerados objetos de riesgo de transmisión.
- Los profesores deben de tener en cuenta aquellas actividades lúdicas que puedan suponer un intercambio de objetos de riesgo.
- Se debe evitar que los/as niños/as compartan sacos de dormir, cojines, gorras... durante acampadas y excursiones escolares.
- Promover en las familias la revisión preventiva en casa, como un hábito más de la higiene infantil.
- Realizar campañas de educación y concienciación sanitaria dirigidas a padres, tutores y educadores, de forma periódica y repetitiva a lo largo de cada curso escolar.

PIOJOS EN LA ESCUELA

Actuaciones ante uno o varios casos de contagio detectados en la escuela u otros centros educativos

- Si el profesorado detecta la presencia de piojos, avisará a la familia del niño o niña infestado/a, de forma confidencial, para que ésta pueda iniciar el tratamiento lo más pronto posible.
- De forma preventiva se avisará al resto de familias sobre la detección de piojos en la clase, para que revisen las cabezas de sus hijos y en el caso de existencia de infestación, puedan iniciar el tratamiento.
- Esta comunicación habrá de ser de forma inmediata, por medio de una nota escrita y acompañada de una guía de tratamiento.
- Insistir en el mensaje de prevención general dirigido a los padres de los alumnos, en el momento de la infestación y reforzarlo periódicamente durante el curso escolar.
- Es necesario hacer un seguimiento después del tratamiento. Vigilar que todos los síntomas de infestación por pediculosis hayan desaparecido por completo, ya que algunas veces, el picor persiste después de la eliminación de piojos.



PIOJOS EN LA ESCUELA

Actuaciones en la escuela en situaciones de pediculosis prolongada o de contagio masivo

Cuando la infestación adquiere características de intensidad y persistencia, nos indica que el foco causante no está bien controlado.

En estos casos se recomienda tomar como medida el tratamiento generalizado de todos los alumnos del aula o aulas de la escuela, de forma simultánea y con el mismo producto, siguiendo el siguiente procedimiento:

1. Informar a los padres sobre la aplicación del tratamiento generalizado, del día de inicio y de los días posteriores en los que se realizarán las siguientes revisiones.
2. Llevar a cabo una sesión informativa sobre la pediculosis impartida por una enfermera.
3. La enfermera realizará el procedimiento de revisión en la sala de enfermería de la escuela, o en su defecto, en un espacio adecuado y con suficiente luz.
4. Para la revisión la enfermera dispondrá de lupa, guantes de un solo uso, ***esterillium antiséptico*** o alcohol y una papelera.
5. El procedimiento de revisión, se repetirá durante 4 semanas (siguiendo el ciclo de vida de los piojos).
6. La enfermera realizará la revisión el mismo día de la semana, preferiblemente el último día de colegio durante cada semana.
7. La detección y los controles sucesivos, se llevarán a cabo de forma regular a todos los miembros de la clase o clases, de forma individual y confidencial.
8. La enfermera llevará un registro de todos los niños y niñas que hayan sido revisados durante el periodo del tratamiento grupal.

Actuaciones en la escuela en situaciones de pediculosis prolongada o de contagio masivo

9. Se informará al profesor/a, tutor/a responsable de cada clase de los casos detectados y posteriormente, se informará a través de una nota confidencial a los padres de los alumnos, adjuntándoles una guía informativa y de actuación con tal de que puedan iniciar el tratamiento de eliminación y prevención.
10. En la última revisión, los alumnos en los que la pediculosis es persistente, se derivarán al centro de salud con el objetivo de proceder a la eliminación total de la infestación.
11. El alumno se incorporará a la escuela una vez finalizado el tratamiento.

Una vez detectada la infestación en un espacio determinado de la escuela, por ejemplo la clase, es necesario extremar las medidas de limpieza del espacio: aspirar a fondo el suelo, alfombras, tapicería o juguetes de peluche que hayan podido estar en contacto con personas infestadas.

Es necesario lavar o secar las prendas y objetos susceptibles al lavado, a una temperatura de 60º C.

LOS PIOJOS EN EL ÁMBITO FAMILIAR

- Instaurar como un hábito más de la higiene personal, la revisión del cabello en niños y adolescentes.
- Si un niño o niña tiene piojos, es necesario revisar la cabeza de todos los miembros de la familia, y de ser necesario, aplicar el tratamiento.
- Promover el uso individual de peines y otros objetos de higiene personal que tengan contacto con la cabeza.
- No compartir estos accesorios con otros miembros de la familia, en especial con aquellos en la etapa de mayor riesgo.
- Mantener una buena higiene personal del cabello (cabello limpio, bien peinado y sin encrespar).
- Llevar el cabello recogido a la escuela.

PROCESO GENERAL DE PREVENCIÓN Y TRATAMIENTO

- Eliminación mecánica de piojos / liendres del cabello.
- Utilización de productos para tratar la pediculosis.
- No olvidar las medidas generales para evitar la reinfestación.
- Prevención y vigilancia de nuevos contagios.

MÉTODOS DIRECTOS DE TRATAMIENTO DE LA PEDICULOSIS

Los tratamientos **solo se deben utilizar en personas infestadas** y con el objetivo de matar los piojos o liendres.

Actualmente, existen **diferentes productos** para la eliminación de piojos y liendres. Se recomienda aplicar el más adecuado para cada caso y seguir las instrucciones farmacéuticas de aplicación.

PEDICULICIDAS, REPELENTES Y SUSTANCIAS COMERCIALIZADAS

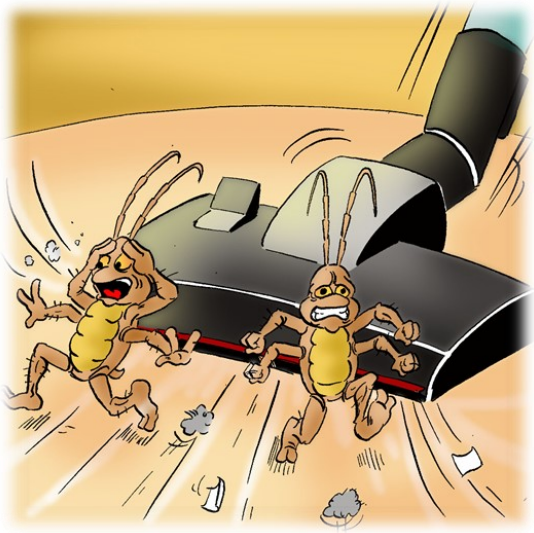
- **Remedios tradicionales en desuso:** cortar el cabello, utilizar vinagre o alcohol.
- **Tratamiento de primera elección:** *Permetrina* al 1 o al 1,5% para infestaciones recurrentes
- **Insecticidas tradicionales:** piretrinas y/ organofosforados.
- **Agentes asfixiantes:** sustancias aceitosas de última generación como el escualano (*Squalane*); la vaselina y las siliconas.
- **Insecticidas naturales:** cuasina (extracto de *quassia amara*), allium con ácido acético y otros extractos de plantas.
- **Sustancias de uso oral:** antiparasitarios (Ivermectina), bactericidas (Trimetoprima-sulfametoxazol). *Solo con prescripción médica.
- **Repelentes:** extractos de plantas (árbol del té, lavanda, citronela...) y sintéticos (IR3535-butilacetilaminopropionato de etilo).
- **Post tratamientos:** champús, acondicionadores y desenredantes. Extracto de malta o áloe vera.

RECOMENDACIONES GENERALES PARA LOS TRATAMIENTOS

- La ***permetrina*** debe estar en contacto con los piojos entre 10 y 30 minutos, para erradicarlos durante las siguientes 8 horas.
- Si realizamos un tratamiento con champú, la aplicación debe repetirse 2 o 3 veces, con intervalos de tres días para asegurar la eliminación de liendres.
- También existen **activos de nueva generación como el escualano,** un derivado del aceite de oliva y/o de la caña de azúcar, que elimina el 100% de los piojos en una aplicación de 2 minutos y con una alta eficacia sobre las liendres.
- Después de aplicar el tratamiento para eliminar los piojos, se aconseja utilizar vinagre o algún producto con ácido acético para desprender más fácilmente las liendres adheridas al cabello, ya que favorece que salgan mejor con la lendrera.
- Peinar profundamente el cabello.
- Limpiar la lendrera con alcohol o sumergirla en agua hirviendo durante 7 minutos.

OTROS CONSEJOS BÁSICOS

- Lavarse la cabeza con **agua tibia**, puesto que el agua caliente aumentará la sensación de picor.
- Desinfectar accesorios y otros utensilios del cabello.
- Realizar siempre el tratamiento en el baño, para evitar focos de contagio.
- Todas las toallas y ropa de cama, se deberán lavar con un programa de agua caliente a 60º C.
- Después del lavado, se aconseja utilizar la secadora o la plancha.
- Los artículos que no se pueden lavar, se deben aislar dentro de una bolsa de plástico durante unos días.
- Aspirar profundamente el dormitorio y limpiar a fondo.



***Se recomienda seguir estos consejos durante 48 horas, ya que es el tiempo que tardan en morir los piojos fuera del huésped.**

OTROS CONSEJOS BÁSICOS

Transcurrido el tiempo de acción del producto elegido, debemos:

- Enjuagar el cabello con agua abundante. *En el caso de aplicar productos con siliconas o aceites, para retirarlos más fácilmente, aplicar el champú directamente sobre el cabello tras el tratamiento sin humedecerlo ni aclararlo previamente (ya que las siliconas/aceites repelen el agua). Frotar y aclarar con agua abundante. Si fuera necesario, repetir el lavado para asegurar que se ha retirado la totalidad del producto.
- Agregar una parte de vinagre por cada dos de agua (ayudará a desprender las liendres con mayor facilidad del cabello).
- Peinar el cabello con una lendrera.
- No cubrir la cabeza con toallas o similares, ya que absorben el producto.
- Utilizar un gorro de ducha desechable mientras se deja actuar el producto.
- Secar el cabello al aire, no con el secador (éste disminuye el efecto insecticida).
- Repetir el tratamiento en 7 u 8 días (si no ha sido lo suficientemente eficaz).
- Después de tres aplicaciones de pediculicida realizadas correctamente, si los piojos y liendres persisten, se debe consultar al pediatra para solicitar un cambio de producto o un nuevo método de eliminación.
- Ante cualquier duda, consultar a los profesionales de medicina, enfermería o farmacia.

AÚN HAY PIOJOS, ¿POR QUÉ?

- Aplicación inadecuada del pediculicida. No ha estado en contacto con el insecto el tiempo suficiente.
- Error en la segunda aplicación del producto (ningún producto mata el 100% de las liendres, por ello es necesario realizar una segunda aplicación del producto a los 7-10 días).

AÚN HAY INFESTACIÓN, ¿POR QUÉ?

- Reinfestación por contagio (por un familiar, amigo/a o algún niño/a en el colegio). En este caso los piojos suelen ser adultos (de mayor tamaño a las ninfas).
- Resistencia al producto utilizado.

***Recordar que los productos para eliminar piojos y liendres no tienen eficacia para su prevención, para la que existen otras opciones específicas.**

¿CUÁNDO PUEDE VOLVER EL NIÑO O NIÑA A LA ESCUELA?

- Una vez se realiza correctamente el tratamiento y nos aseguramos que no hay piojos ni liendres vivas, entonces se podrá reincorporar.
- Es importante que los padres avisen a la escuela si su hijo/a ha tenido piojos, con el fin de que los demás niños puedan ser revisados y evitar así nuevos contagios.

Esta guía de prevención y eliminación de la pediculosis ha sido realizada por ACISE,

con el patrocinio de Ferrer y OTC antipiojos.

Todos los derechos reservados ©

¿PIOJOS EN LA ESCUELA?

¡NO, GRACIAS!

¡TODOS SOMOS RESPONSABLES!

¡Colaboremos para que no entren en la escuela!

ACISE
ASSOCIACIÓ CATALANA D'INFERMERIA I SALUT ESCOLAR

otc antipiojos®

ferrer

www.acise.cat

acise.2015@gmail.com

@acisenfermeriaescolar

ACISEnfermeria

www.solucionesotc.es

staff@ferrer.com

@OTCantipiojos

900 101 834

*Utilice OTC antipiojos de forma segura. Lea siempre la etiqueta y las instrucciones del producto antes de utilizarlo.

OTCAP092018