

Higiene infantil



Realidades y falsos mitos sobre los piojos

No sólo los niños vuelven al colegio este mes. También los piojos. Una molestia, no una enfermedad, que trae de cráneo, nunca mejor dicho, a muchas familias.

PADRES Comenzado el curso, cualquier tarde, los padres podrán encontrar una nota del colegio en la mochila de su hijo advirtiéndoles que se ha detectado pediculosis en clase. Piojos. O no hará falta una nota para saberlo. Esta infestación cosmopolita, popular, no distingue sexo o edad, y es altamente epidémica en la edad escolar y en la adolescencia. En este sentido, la infestación de piojos en el cuero cabelludo o pediculosis es un problema que, se calcula, afecta

al 30% de los menores en edad escolar y al 27% de sus padres.

Son muchos los mitos generados en torno a este problema, así como sobre la eficacia de todo tipo de remedios, caseros o no, de prevención o de erradicación de los piojos. Laura Martín, experta en pediculosis y propietaria de la cadena Head Cleaners, opina que sobre los piojos sobrevuelan falsos mitos y realidades.

Uno de los más comunes es que los "piojos van a las cabezas sucias y al pelo largo". La realidad, comenta

Laura Martín, es que "los piojos no se contagian por la falta de higiene. Les gusta tanto el pelo sucio como el limpio". Además, la infestación con piojos no depende del largo del pelo ni de la frecuencia del cepillado o el lavado. "Si bien es cierto que andan más en las niñas, porque suelen tener más contacto físico entre ellas, también se van a las cabezas de los niños".

Esta experta en pediculosis explica que "el contagio se produce fundamentalmente por contacto directo, cabeza con cabeza, o por compartir gorras, peines, toallas, almohadas, etcétera". "Los piojos no saltan ni vuelan. Solo caminan, y lo hacen con mucha velocidad. Pueden pasar de una cabeza a otra con mucha facilidad, a través del contacto o de alguna prenda". Esto es porque pueden vivir un día fuera de la cabeza, depositados en alguna prenda o en el sofá. Eso sí, sólo se contagian los piojos, no las liendres, que son los huevos de los piojos.

También, comenta Laura Martín, pueden contagiarse en una piscina, ya que son resistentes al agua. Eso sí, son diferentes a los piojos de los animales, por lo que las mascotas no los transmiten.

NO ES UNA ENFERMEDAD

La propietaria de la cadena Head Cleaners tranquiliza y aclara que "los piojos no son una enfermedad ni representan riesgos a la salud pública. Causan picor por una erupción, pero hay muy pocos riesgos serios de salud. En la mayoría de los casos, es apenas un asunto embarazoso". El motivo del picor que causan no es debido a sus mordeduras, sino a la saliva que inyectan ellos para alimentarse.

Una de las principales dudas es si se pueden prevenir o cuánto es el riesgo de que vuelvan a aparecer una vez erradicados. Según los científicos, los piojos son más resistentes que antes, y aguantan temperaturas de 50°C a -30°C. "Muchos pediculicidas ya no matan al piojo ni a las liendres. En efecto, el continuo uso de pediculicidas ha derivado en que el piojo ha generado defensas para protegerse y es resistente a estos productos. Del mismo modo y como no matan a las liendres (los huevos), se produce una autoinfección cuando esas liendres nacen" señala Laura Martín. El sistema inmune tarda de 4 a 6 semanas en desarrollar sensibilidad a la saliva del piojo. En ese tiempo, un piojo hembra puede poner de 6 a 10 liendres por día. Por lo tanto, cuando empezamos con picores, muchas generaciones de piojos ya estarán viviendo en la cabeza. "Los huevos de piojo (liendres) eclosionan después de entre 7 y 10 días. Si el tratamiento de piojos usado no elimina los huevos, las probabilidades de infectarse de nuevo son muy altas". Por eso, la liendrería debe ser un producto presente en todo baño infantil.

RECOMENDACIONES CONTRA LA PEDICULOSIS

Para evitar el contagio, Laura Martín ofrece algunas recomendaciones que pueden ayudarnos a que los piojos no acampen en las cabezas de nuestros hijos en estas primeras semanas de curso:

- **No compartir nada que esté en contacto con la cabeza.** No compartir peines, cepillos de pelo, ni gomitas, horquillas, ni ningún adorno de pelo. Tampoco las toallas a la hora del baño.
- **Ni cascos ni gorras compartidas.** Si se realizan actividades que requieran el uso de cascos, usar una gorra debajo del casco
- **Mucho peine y liendrería.** Peinarse con frecuencia y utilizar la liendrería para revisar la cabeza
- **Visitar la peluquería con frecuencia.** Llevar el pelo recogido las niñas, y pelo cortito los niños.
- **Evitar el contacto entre cabezas.** Evitar en la medida de lo posible, el contacto cabeza con cabeza cuando se comparte el mismo juego o consola, ver la televisión, etcétera.
- **Tranquilidad.** Las liendres y los piojos son, fundamentalmente, un engorro y una molestia. Pero no transmiten enfermedades.