



¿Piojos de la cabeza? - ¡elimínelos!

10 consejos para lograrlo

Los piojos de la cabeza son molestos y es más fácil contraerlos que deshacerse de ellos. Estos pequeños animales viven del ser humano desde hace mucho tiempo y éste ha tenido que aprender a convivir con ellos - «¡Pero no en mi cabeza!», se imaginan muchos. Para que los piojos no permanezcan tanto tiempo en la familia, quisiéramos brindarles aquí algunos consejos:

1. Todos pueden contraer piojos de la cabeza, pero prácticamente la forma de transmisión más directa es el contagio directo de cabeza a cabeza y en raras ocasiones por intercambio de gorras, peines o cosas parecidas.
2. Examine el cabello varias veces para asegurarse de que su hijo no tenga liendres o piojos. Las liendres permanecen firmemente adheridas al cabello y no se desprenden tan fácilmente del cuero cabelludo como la caspa. Suelen encontrarse la mayoría de las veces detrás de las orejas y en la nuca.
3. Examine a su hijo si se rasca la cabeza o si aparecen piojos en la escuela, en el jardín de infancia, en la familia o donde los amigos. Para más seguridad reconozca también a los demás miembros familiares.
4. Trate a su hijo y a los demás miembros familiares únicamente con un piojicida cuando realmente tenga piojos o liendres. **¡Los tratamientos para prevenirlos no son efectivos!** Evite tratamientos frecuentes.
5. Hay dos grupos principales de piojicidas:
 - Champús a base de aceite de silicona
 - Champús que contienen insecticidasHágase asesorar en la farmacia y lea bien el prospecto del medicamento.
6. **Quite todas las liendres**, ¡sólo entonces se librá de los piojos! Sírvese para ello de un peine especial para tal efecto. Esto requiere de mucho tiempo, **¡pero es el paso más importante en el tratamiento completo!**
7. **No haga un gran despliegue** de limpieza de fundas para edredones, vestidos, juguetes, etc. Una transmisión sobre tales objetos es rara. Limpiar con la aspiradora es suficiente. Otras alternativas son lavarlos una vez (a 60° C) o simplemente no usarlos por 2 días.
8. Limpiar peines y utensilios para el cabello con agua caliente (introducirlos al agua por espacio de 10 minutos), atar el cabello largo.
9. **Informe a la escuela, al jardín de infancia, a la guardería, al centro de cuidado de niños, a los vecinos, etc.**
10. **¡La eliminación de toda liendre y piojo con un buen peine para tal efecto es la parte más importante del tratamiento! ¡La mejor prevención es controlar el cabello con frecuencia!**