

# Hoja informativa sobre la pediculosis (piojos)

## ¿Qué es la pediculosis?

La pediculosis o piojos son pequeños insectos que viven en el pelo, las cejas y las pestañas. Necesitan alimentarse de tu sangre para sobrevivir y viven cerca de tu cuero cabelludo. Estos insectos no transmiten ninguna enfermedad conocida. Los niños en edad escolar tienen muchas probabilidades de contraer piojos.



## ¿Cómo se contagia?

Buenas noticias: los piojos no pueden saltar ni volar. Sólo se arrastran. Puedes contraer piojos cuando:

- Tienes contacto directo con alguien que tiene piojos.
- Compartes ropa, como gorros o bufandas, con alguien que tiene piojos.
- Utilizas el mismo peine, cepillo o toalla que una persona con piojos.
- Te acuestas en el mismo sofá, cama o almohada que una persona con piojos.



Recuerda que cualquiera puede tener estos insectos en el pelo. Tener piojos no es señal de falta de higiene o de estar sucio.

## ¿Cómo saber si tengo?

Puedes tener piojos y no saberlo. A la mayoría de la gente les pica la cabeza al tener piojos. Si tienes piojos, puedes tener estos síntomas:

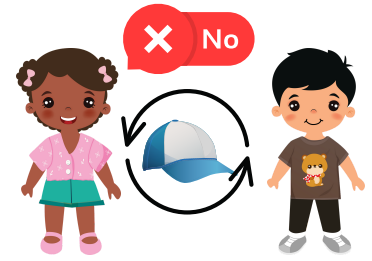
- Sentir cosquillas en la cabeza o que hay algo ahí.
- Tener problemas para dormir porque los piojos se mueven en la oscuridad.
- Rascarte la cabeza hasta que se hacen heridas. Estas heridas pueden infectarse.
- Ver los piojos en tu pelo. Parecen motas o pequeños insectos blancos.



# ¿Cómo puedo protegerme?

Puedes protegerte de los piojos no compartiendo tus cosas personales. **Asegúrate de evitar:**

- Tocar tu cabeza con la de otra persona.
- Compartir prendas como gorros, bufandas o chaquetas.
- Utilizar el peine, el cepillo o la toalla de otra persona.
- Acostarte en la misma cama, sofá o almohada que una persona con piojos.



# ¿Cómo debo cuidarme o cuidar a alguien que tenga piojos?

Hay medicamentos que puedes comprar en la tienda para tratar los piojos. Sigue al pie de la letra las instrucciones del envase. Después de usar el medicamento, no vuelvas a lavarte el pelo durante 1-2 días.

Algunos consejos para el tratamiento incluyen:

- Después de 8-12 horas de tratamiento, utilice un peine para piojos de púas finas para eliminar los piojos restantes del cabello.
- Péinate cada 2-3 días durante 2-3 semanas para eliminar los piojos que no hayas visto.



Para asegurarte de que no vuelves a tener piojos, deberás:

- Lavar a máquina con agua caliente (130 °F) y secar cualquier prenda que haya utilizado durante los 2 días anteriores al tratamiento. Puede tratarse de ropa, fundas de almohada, sábanas o colchas.
- Aspire el suelo, el sofá y cualquier otro mueble en el que se haya sentado.
- Sumerja los peines y cepillos en agua caliente (130 °F) durante 5-10 minutos.

# ¿Cuándo debo llamar al médico?

La mayoría de la gente no necesita ir al médico por los piojos, pero debe ponerse en contacto con él si sigue teniendo piojos después de un tratamiento completo. El médico puede cambiar a un medicamento más fuerte, como la ivermectina.



Para aprender más sobre piojos, visite la página web [www.cdc.gov](http://www.cdc.gov).