

Cómo prevenir los piojos paso a paso





1. ¿Cómo evitar los piojos?

Los piojos están presentes en la vida del hombre desde tiempos inmemoriales. Las interacciones personales nos ponen en riesgo de infestarnos de piojos y otras plagas de insectos oportunistas.

Por ello, es importante **tomar medidas de prevención.**

Cómo prevenir los piojos paso a paso

Especial cuidado debemos tener en el caso de los **niños**, ellos son los miembros de la familia **más susceptibles de infestarse** con piojos.

Si bien es cierto que estos parásitos no transmiten enfermedades, es posible que produzcan daños en el cuero cabelludo de los niños a través de sus picadas.

Solo una correcta prevención evita el contagio y la expansión indeseada de los piojos.

MEDIDAS PARA EVITAR LOS PIOJOS EN EL COLEGIO

1. Información adecuada en el centro escolar

Aunque los maestros estén informados de cómo prevenir los piojos, los padres y madres debemos involucrarnos de forma activa también en esta tarea. Es importante conocer cuál es la política del colegio para evitar los brotes de pediculosis y su propagación:

- ¿Se realizan actividades con todos los compañeros de clase para educarlos en este tema?

- ¿Qué debe hacer un niño si encuentra piojos o liendres en la cabeza de sus compañeros?

2. Las prendas de vestir y utensilios del cabello no se prestan

Una vez estás informado de qué se hace en la escuela, debemos explicar a nuestros hijos algunas cosas como:

- Que las prendas de vestir y los utensilios del cabello no se prestan, por lo que no deben intercambiar con sus amigos gorros, chaquetas, camisetas, bufandas...

Aunque los piojos del cabello no vuelan, sí que son bastante ágiles para mudar de una superficie a otra. Pueden ir del cabello a la ropa, y de esta a otro hospedero con facilidad.

Esta vía de contagio es la menos utilizada, pero no es descartable. Un piojo sobrevive hasta 48 horas fuera del cabello.

3. Cabellos recogidos o cortos protegen de la pediculosis

Llevar el pelo suelto no es la mejor elección.

Cómo prevenir los piojos paso a paso

¿Por qué? Digamos que es una cortina en movimiento descontrolado que atrae a los piojos además de a la suciedad ya que lo tocamos con más frecuencia para retirárselo de la cara. Para ir al colegio lo ideal es un peinado recogido. En caso de llevar el pelo corto es muy práctico mantenerlo así para evitar infestarse.

4. Usar productos repelentes o lociones preventivas de la pediculosis

Cabezas con cabezas al hacer las actividades: esta es la **principal fuente de contagio**. Los niños pasan cada día muchas horas juntos en diversas actividades. Sus cabezas se juntan creando un sinnúmero de oportunidades para que los piojos se enganchen en los cabellos.

Por esto, es necesario que recurras a **productos repelentes** con activos naturales y que evitan la entrada del insecto.

MEDIDAS PARA EVITAR LOS PIOJOS EN CASA

Puedes reducir los riesgos de infestación en tu hogar con estas medidas preventivas:

1. Incorporar la lendreras como utensilio de peinar

Una vez por semana, peina a tus hijos con la **lendra** de forma que descartes la entrada piojos. Aprovecha para convertir ese peinado en una revisión donde prestas mayor atención al cuero cabelludo y las raíces.

Los piojos se expanden con mucha rapidez y mientras antes detectes el problema, mejor.

2. Separar los objetos personales del cabello y peinado

Si todos los miembros de la familia utilizan el mismo peine o cepillo estarán en riesgo en caso de que ocurra un brote. Es importante **que cada uno tenga sus utensilios** y se guarden en sitios separados.

3. Lavar la ropa en agua caliente

Las prendas que están en contacto con el cabello deben lavarse con **agua caliente** (gorros, bufandas, fundas de almohadas...).

Además han de guardarse en bolsas de plástico durante varios días antes de volver a usarlas.

Cómo prevenir los piojos paso a paso



4. Atención a si el niño se rasca el cabello con frecuencia

Los piojos cuando se alimentan de la sangre a través de picaduras inyectan una sustancia irritante en el cuero cabelludo que produce picazón. Si el niño se rasca con frecuencia durante el día en la zona de la nuca o detrás de las orejas, debemos hacerle una revisión. Así comprobamos la causa del problema: caspa, piojos... Todos los esfuerzos que hacemos en prevención, es tiempo y disgustos que nos ahorramos.

5. Ayudemos al pH

Algunos niños parece que atraen los piojos. De forma frecuente sufren infestaciones, mientras sus amigos no. Este hecho podría estar relacionado con el pH de la piel.

A mayor acidez, menos piojos. Por lo que se puede incrementar la acidez del cuero cabelludo con vinagre templado o zumo de limón. Lo untamos en el pelo antes del lavado de cabeza y de esta forma cambiamos el ambiente del parásito.

Cómo prevenir los piojos paso a paso



2. Productos para prevenir los piojos

En **NOSA** ponemos a tu disposición **NosaProtect**, nuestra gama de productos que **protege de los piojos**.

Están diseñados para prevenir la pediculosis, mientras cuidan la piel y el cabello utilizando como principios activos dos sustancias inocuas: el **aceite del árbol del té** y la **dimeticona**.

Cómo prevenir los piojos paso a paso

COMPOSICIÓN DE LOS PRODUCTOS PARA LA PREVENCIÓN

El aceite del árbol del té

El aceite del árbol del té es un producto de **origen natural** y originario de Australia. Se extrae de la *Melaleuca alternifolia*, un arbusto con hojas estrechas, de aroma intenso y diminutas flores blancas.

Está comprobado que el aceite del árbol del té no posee efectos secundarios nocivos en la piel de los usuarios. Por el contrario, ayuda a reducir las irritaciones del cuero cabelludo.

Es un aceite cuyo uso en Australia forma parte de las prácticas tradicionales de los aborígenes para evitar la infestación con piojos.

En la actualidad su uso se ha extendido a otros países. No solo para la prevención de la pediculosis sino también **antifúngico y antiséptico**.

Y también se utiliza como materia prima en diversos productos de cosmética natural.

La dimeticona

La dimeticona es una **silicona** de alta densidad. De aspecto **transparente e inolora**.

Su forma de actuación es bastante sencilla: recubre totalmente al piojo como una película aislante y **evita el contagio** desde el primer momento.

La dimeticona es una sustancia completamente inofensiva para el cuero cabelludo y el pelo. Las personas con pieles sensibles pueden utilizar la dimeticona como producto antipiojos por su ausencia de toxicidad tópica.

Otra de sus ventajas es que puede aplicarse con frecuencia y sin riesgos. Se le reconoce como uno de los **mejores tratamientos preventivos** para piojos disponibles ahora mismo en el mercado.

Es tolerada por niños menores de dos años, embarazadas y personas que padecen asma.

Además puede emplearse durante largos períodos sin inconvenientes. Efectiva tanto para eliminar los piojos como para las liendres.

Cómo prevenir los piojos paso a paso



GAMA NOSAPROTECT PARA LA PREVENCIÓN

La gama completa de **NosaProtect** con aceite del árbol del té y dimeticona incluye los siguientes productos:

- Aceite árbol del té 100%
- Spray
- Champú
- Cera de peinar
- Mascarilla

Todos están formulados para satisfacer las necesidades de protección teniendo en cuenta las preferencias de cada madre o padre para el cuidado de sus hijos.

Pero, **¿cómo son nuestros productos para la prevención de piojos?**

Ahora mismo te lo contamos 😊

Cómo prevenir los piojos paso a paso



Aceite árbol del té 100%

Nuestro aceite de árbol del té es **100% puro** y se obtiene de la destilación de las hojas del árbol *Melaleuca Alternifolia* originario de Australia.

Este aceite esencial se aplica para mantener alejados a los piojos del cabello.

¿Cómo se puede aplicar durante la prevención de piojos? El aceite de árbol del té 100% podemos aplicarlo de dos formas:

- Sobre el pelo diluido en agua
- En el champú habitual



Cera de peinar

Este producto actúa como **barrera natural para mantener alejados a los piojos** y al mismo tiempo moldea el peinado creando looks desenfadados y divertidos. A los niños les gusta su refrescante aroma a **manzana**.

Ofrece un acabado mate y una fijación flexible con lo que consigues una apariencia más cuidada en el peinado. Sus ingredientes tratan al cabello con suavidad. Incluye filtro solar que protege de los rayos del sol. Nuestra cera de peinar es un producto amable y no tóxico. Sin parabenos, sin sulfatos, sin colorantes, ni pesticidas.

Cómo prevenir los piojos paso a paso



Spray triple acción

Está indicado para **hidratar y proteger** el cabello, es ideal para desenredar y facilitar el peinado y lo protege de los rayos solares y la pediculosis.

También viene en **tres aromas** (manzana, fresa y pomelo).

Testado pediátricamente, apto para el uso de bebés a partir de los 12 meses y sin parabenos.



Mascarilla protectora

Combina en un solo producto la protección del cabello de los piojos y su hidratación inmediata.

Esta mascarilla ha sido diseñada para:

- Darle al cabello un extra de nutrición
- Reparar las puntas
- Fomentar su aspecto saludable

Cómo prevenir los piojos paso a paso



Champú

Un champú que puede **usarse a diario** e incluso por todos los miembros de la familia.

Limpia de forma gentil el cabello, devolviéndole su brillo natural y aspecto hidratado. Ha sido enriquecido con suavizador por lo que también confiere sedosidad.

No contiene sulfatos, parabenos, ni colorantes. Un producto amable con dimeticona y aceite del árbol del té para prevenir la pediculosis.

Nuestros productos son testados e interactúan de forma respetuosa y delicada con la piel y el cabello de los usuarios.

Aptos para las personas más sensibles.



3. Prevenir los piojos paso a paso

En apenas dos semanas, la comunidad de piojos **puede crecer bastante** si entra en el cabello un piojo adulto. La hembra madura pone hasta 10 huevos por día. De cada huevo nace un piojo en estado ninfa (sin sexo definido y sin capacidad reproductora).

Cómo prevenir los piojos paso a paso

Para evitar estos disgustos, debemos tomar medidas. La mejor manera de combatir la pediculosis es mediante la prevención.

¿Cómo conseguirlo? Sigue leyendo que te lo contamos con todo detalle.

CÓMO PREVENIR LOS PIOJOS

Para la prevención de la pediculosis podemos utilizar los siguientes **productos**:

- Spray repelente de piojos
- Ceras para peinar
- Champú preventivo de piojos
- Mascarillas protectoras

El uso efectivo de cada uno de estos productos depende de las indicaciones específicas del fabricante.

Spray repelente de piojos

Los sprays repelentes de piojos, como ya te hemos contado, pueden incluir **sustancias naturales** como el aceite del árbol del té debido a sus altas propiedades para la prevención.

Otro de los componentes es la dimeticona, una silicona de alta densidad inocua para el ser humano y recomendada para embarazadas y niños muy pequeños.

¿Cómo se usan los sprays? Estos productos no llevan enjuague. Se usan durante el peinado y en una cantidad adecuada a la extensión del cabello. Son aplicables sobre cabellos totalmente secos o húmedos después del lavado y secado con toalla.

Los sprays repelentes de piojos facilitan la manipulación del cabello. Además dan un acabado con más estilo, brillo y perfectamente estirados.

La cera para peinar

Incluye como preventivo de piojos las mismas sustancias activas que los sprays. Son ideales para **cabellos secos y rebeldes**.

Algunos padres consideran que basta con una sustancia viscosa sobre el cabello para detener el avance de los piojos. Hay quien emplea aceite de coco y otras sustancias oleosas: así el cabello quedará muy brillante, pero los insectos no desaparecerán.

Cómo prevenir los piojos paso a paso

Las ceras para peinar que no incluyen sustancias que puedan repeler son inefectivas.

¿Cómo se aplica? Tomamos una cantidad del tamaño de una almendra. Frotamos el producto en ambas manos para que se caliente y haga más maleable. Aplicamos a lo largo del pelo, y ¡listo! Evitando untarlo en el cuero cabelludo.



Champú preventivo de piojos

Los champús preventivos son opciones para uso frecuente y mantienen los piojos alejados. Es mejor elegir aquellos que usan principios activos naturales.

¿Cómo se usa el champú? Una vez mojado el cabello, se aplica una cantidad generosa sobre él. Se deja actuar en el pelo durante varios minutos (entre 3 y 5 minutos) y después se enjuaga con abundante agua.

Mascarillas protectoras

Las mascarillas protectoras son el complemento perfecto del champú. Nutren el cabello, lo hacen más sedoso y evitan el posible contagio de la pediculosis.

Las mascarillas con aceite de árbol del té son las que recomendamos para niños. Se aplican después del champú y dejan trabajar de 3 a 5 minutos.

Si el pelo está muy enredado es una buena oportunidad para peinarlo, ya que la mascarilla lo suaviza. Luego se enjuaga. Ten la precaución de que el producto y sus residuos no entren en los ojos.



4. ¿Qué hacer si hay piojos en el colegio?

La escuela es el sitio más frecuente de contagio de piojos. Los niños están unos encima de los otros jugando durante varias horas del día.

Es normal que compartan entre ellos mucho más de lo que los padres y madres podemos gestionar.

Cómo prevenir los piojos paso a paso

Los piojos, además de antihigiénicos, pueden provocar **daños en el cuero cabelludo** si al rascarnos se infectan los arañazos de la piel.

No producen otro tipo de enfermedades, ni mayores riesgos para la salud.

QUÉ HACER SI HAY PIOJOS EN EL COLEGIO PERO NO EN TUS HIJOS

La prevención durante todo el curso es la forma más adecuada de evitar su entrada en el cabello. Por eso, algunas de las medidas que puedes emplear para evitar la pediculosis son:

1. La educación empieza en casa

Educar a tus hijos en el hogar sobre qué debe hacer si encuentra un piojo en la cabeza de algún compañero de clase. Lo ideal es que te lo informe a ti. Luego de forma adecuada tú lo comunicas al maestro o la dirección del colegio.

2. Los piojos no tienen preferencia

Parte de la educación consiste en evitar actitudes discriminatorias y prejuicios sobre el tema.

Cualquier niño o niña puede ser víctima de la pediculosis. Educa a tus hijos para que traten con respeto a sus compañeros infestados o no.

3. Ceras de peinar y los sprays antipiojos, productos de prevención

La forma más común de contagio es producto del contacto cercano entre las cabezas. Por eso deberías emplear productos repelentes tales como ceras de peinar o sprays antipiojos.

4. El champú preventivo no debe faltar en una casa con niños en edad escolar

Gestiona en casa el lavado de cabeza. Al menos una vez a la semana lava tú su cabello. Utiliza un champú preventivo antipiojos y su respectiva mascarilla protectora.

5. La lendrera es la mejor prevención

Una vez al mes utiliza una lendrera para verificar que no hay liendres, ni piojos en el pelo. Necesitarás estar tranquila/o durante varios minutos en un sitio iluminado con luz natural. Separa el pelo en mechones y revisa con especial atención cerca de las raíces en la zona de la nuca y detrás de las orejas.

Cómo prevenir los piojos paso a paso

6. Las prendas de vestir no se prestan

Una forma poco común de contagio es a través de las prendas de vestir, pero no descartable. Alerta a tu hijo sobre los inconvenientes de prestar a sus compañeros de clase sus prendas de vestir. En especial gorros y gorras, sombreros, bufandas, cintas de pelo, abrigos, uniformes deportivos... Los piojos no vuelan ni saltan, pero caminan rápidamente.

7. Los utensilios del cabello tampoco se prestan

Lo mismo ocurre con peines, cepillos de pelo... Las niñas a veces se entretienen peinándose las unas a las otras. Este es un momento oportuno en que las cabelleras sueltas sirven de alfombras rojas de intercambio de piojos.

8. Los peinados recogidos evitan la infestación

Por tu parte, mientras exista piojos en el colegio si tus hijos tienen el pelo largo péinaselo recogido y con la nuca despejada. Y si no llevan flequillo mucho mejor.

9. El pelo corto facilita el trabajo

Es más cómodo ante las revisiones del cabello.

10. Los piojos no mueren en las piscinas

La piscina puede ser una fuente de contagio. Pero, contrario a lo que se cree, no a través del agua. El piojo ante el agua se encapsula, y una vez en ambiente seco vuelve a ponerse en movimiento. Las toallas, los trajes de baños juntos, los niños jugando próximos entre sí, son las causas de infestación en las piscinas.

11. Los cabellos limpios también se infestan

El lavar la cabeza cada día no ayuda a evitar los piojos. A menos que uses un champú antipiojos. Los piojos prefieren los cabellos limpios porque les facilitan la sujeción y el desplazamiento. Entre caspas, cebos y grasas adheridas al cuero cabelludo les es más difícil alimentarse.

12. A mayor acidez, menos piojos

Algunos niños tienden a infestarse con piojos más fácilmente que otros. Una de las posibles causas es el pH de la piel. A mayor acidez, menos piojos. Podemos incrementar la acidez del pH del cuero cabelludo con vinagre tibio o zumo de limón. La lucha contra los piojos no termina mientras tengas niños en casa en edad escolar. Paciencia, prevención y dedicación son tus mejores aliados.



www.nosahealthcare.com

Tel.: 93 497 05 96

VCS|farma