

### **Consejos prácticos contra los piojos**

1. La detección precoz agiliza el proceso de eliminación de los piojos.
2. Comprueba si se ha producido contagio entre las personas más cercanas (niños y adultos)
3. Elimina los piojos con el tratamiento recomendado (permetrina o siliconas).
4. Aplica el tratamiento insistiendo en la zona de la nuca y detrás de las orejas. En estas zonas la temperatura es más constante y el pelo se rompe menos por lo que suele ser el lugar favorito de los piojos.
5. Retira los piojos y liendres muertas con la liendrera. El uso de un acondicionador de efecto antiadherente permite retirarlos fácilmente.
6. Inspecciona el pelo cada 2-3 días mechón a mechón con la ayuda de la liendrera.
7. Ningún producto elimina al 100% las liendres. Por eso se recomienda repetir el tratamiento pasados 7-10 días, tiempo de incubación necesario para que los huevos eclosionen y se conviertan en piojos.
8. Protege ante futuras reinfestaciones aplicando un spray repelente siempre que exista riesgo de contagio.

### **Información general sobre piojos**

1. Los piojos son insectos ovíparos que se alimentan de sangre. Miden entre 2 y 3 mm y son visibles a simple vista.
2. Las liendres son pequeños huevos que se sujetan fuertemente a la base del pelo y tardan entre 7-10 días en eclosionar y convertirse en piojos.
3. Los piojos no pueden saltar, volar o nadar. El contagio se produce por contacto de cabeza a cabeza o de cabeza a objeto.
4. Los piojos prefieren las cabezas limpias. La presencia de piojos no es una cuestión de falta de higiene.

### **Recomendaciones**

1. Evita el intercambio de cepillos, peines, bufandas, gorras y toallas mientras exista riesgo de contagio.
2. Si tienes el pelo largo es mejor que lo lleves recogido, con la nuca al descubierto es más difícil que vuelvas a tener piojos.
3. Lava todos los objetos que han tenido contacto con la cabeza con agua bien caliente.
4. Recuerda que avisando al colegio y a tu entorno ayudarás a prevenir el contagio de otros niños.

