

Head Lice (Pediculosis)

What are lice?

Lice (singular *louse*) are tiny, wingless insects that survive by feeding on human blood. They cannot jump or fly, and they do not burrow under the skin. Adult head lice or their eggs (nits) are found in the hair and are most often found behind the ears and at the base of the neck. Head lice usually lay their eggs on strands of hair about 4 mm or ¼ of an inch from the scalp.

Who gets head lice?

Anyone can get head lice, but in the United States, head lice are most common in children 3-12 years of age. Having lice is referred to as an “infestation.” An infestation with head lice does not mean someone is dirty. Head lice have special “claws” on their legs to help them cling to the hair. Washing with plain soap and water does little to disturb them.

How are head lice spread?

Head lice are most commonly spread by direct head-to-head contact with hair of other people who have head lice. Head lice are less commonly spread through contact with an infested person’s personal items, such as hair brushes and combs, hats, unwashed clothing, bedding or towels. Head lice are commonly spread within households. Children often spread head lice to each other during close contact while playing. Head lice can crawl from an infested person or object to a non-infested person. People with head lice can continue to spread head lice to other people until they complete a course of treatment that kills all of the head lice and their eggs. Pets cannot spread head lice.

What are the symptoms of head lice?

A person who has head lice may feel itching caused by a reaction to the louse’s saliva and feces, but many children have no symptoms. Head lice are not known to spread infectious diseases from person to person and should not be thought of as a medical problem. However, there is some risk of skin infection from scratching. Head lice are certainly a nuisance, but they are not generally considered a health hazard.

How are head lice diagnosed?

The best way to determine if someone is infested with head lice is to find a living adult louse. However, adult head lice are rarely seen because they are fast and hide well. Identification of a head lice infestation is usually made by detecting nits attached to the hair close to the scalp. Nits are tiny, grey, oval specks that do not come off of the hair easily like a speck of dandruff would. Behind the ears and near the hairline at the base of the neck are common places to find nits. Nits found within ¼ of an inch from the scalp usually mean the nits are alive and treatment is needed. If the nits are more than ¼ of an inch from the scalp, you should ask your doctor if treatment is necessary.

How do you prevent head lice?

Children should be checked regularly and treated when head lice are found. Parents should learn to recognize head lice and teach their children not to share hats and scarves or personal hair care items, such as brushes, combs and hair ties.

What is the treatment for head lice?

There are a number of effective treatments for head lice. Treatment for head lice usually consists of shampooing the hair with a medicated shampoo or cream rinse containing one of the following ingredients:



permethrin, pyrethrin, malathion, benzyl alcohol, spinosad, or ivermectin. Shampoos containing *lindane* are no longer recommended.

Safety is a major concern and these products should be used with care, under the supervision of a health care provider (even though some of them do not need a prescription) and always according to the instructions on the label. This is especially important for women who are pregnant or nursing, and for infants with head lice. Be sure to follow the package or label instructions very carefully. Permethrin and pyrethrin-based products have a good safety record but resistance has been documented in the United States. For treatment failures, malathion, benzyl alcohol lotion, or spinosad suspension can be used. Hair should be checked daily for the 10 days following treatment for newly hatched head lice. If these are present, an additional treatment may be necessary. Many of these agents require a reapplication of the treatment 7-10 days later to kill immature lice that may have hatched from eggs that were not inactivated during the initial treatment. Data are lacking to determine whether suffocation of lice by application of products such as petroleum jelly, olive oil, butter, or fat-containing mayonnaise, are effective methods of treatment of head lice. Manual removal of nits after successful treatment is a difficult and time-consuming process. It is sometimes desired, though, for aesthetic reasons, to avoid diagnostic confusion, or to satisfy “no-nits” policies at some schools and daycare centers (see below).

Additional precautions:

Household and other close contacts should be examined and treated if head lice are found. Remember, head lice do not survive for long periods of time off of the scalp. Even though head lice are not commonly spread by contact with personal belongings, the following steps can be taken as added precautions to avoid re-infestation by lice that have *recently* fallen off of the head of an infested person.

- Machine wash and dry clothing, bed linens, and other items that an infested person wore or used during the 2 days before treatment using the hot water (130°F) laundry cycle and the high heat drying cycle. Clothing and items that are not washable can be dry-cleaned OR sealed in a plastic bag and stored for 2 weeks.
- Soak combs and brushes in **hot** (128.3°F/53.5°C) water for 5 minutes.
- Thoroughly vacuum rugs, upholstered furniture, and mattresses.
- **DO NOT USE INSECTICIDE SPRAYS.**

What is a “no nits” policy?

Many school departments and child care sites require that children be free of nits before returning to school and parents should be familiar with their own school’s or day care’s head lice policy. However, both the American Academy of Pediatrics and the National Association of School Nurses advocate that “no-nit” policies should be abandoned. Head lice are not a health hazard or a sign of poor hygiene and are not responsible for the spread of any disease. No healthy child should be excluded from or miss school because of head lice.

Where can I find more information?

- Your doctor, nurse, health clinic, or local board of health (listed in the phone book under “local government”)
- The Massachusetts Department of Public Health (MDPH) Divisions of Epidemiology and Immunization, (617) 983-6800
- The US Centers for Disease Control and Prevention: www.cdc.gov/parasites/lice/head/index.html
- American Academy of Pediatrics: <http://pediatrics.aappublications.org/content/110/3/638.full.pdf>



Piolhos (Pediculose)

O que são piolhos?

Piolhos são insetos minúsculos e sem asas que sobrevivem alimentando-se de sangue humano. Eles não pulam nem voam e também não penetram na pele. Piolhos adultos ou seus ovos (lêndeas) são encontrados nos cabelos e com maior frequência atrás das orelhas e na base do pescoço. Piolhos normalmente botam seus ovos em fios de cabelo a 4 mm (1/4 pol.) do couro cabeludo.

Quem pode pegar piolhos?

Qualquer pessoa pode pegar piolhos, mas nos Estados Unidos, os piolhos são mais comuns em crianças entre 3 e 12 anos de idade. Quando a pessoa está com piolhos, chamamos de “infestação”. Uma infestação de piolhos não significa que a pessoa não tenha higiene. Piolhos têm “garras” especiais em suas pernas que os ajudam a grudar nos cabelos. Lavar com água e sabão em abundância não é suficiente para eliminá-los.

Como os piolhos são transmitidos?

Os piolhos são normalmente transmitidos através do contato direto da cabeça com a cabeça de quem tem piolhos. É menos comum a transmissão de piolhos através do contato com objetos pessoais de uma pessoa infestada, como escovas de cabelo e pentes, chapéus, roupas não lavadas, roupas de cama ou toalhas. A transmissão de piolhos é comum entre pessoas que moram na mesma casa. As crianças frequentemente transmitem piolhos entre si durante o contato direto enquanto brincam. Piolhos podem mover-se de uma pessoa ou objeto infestado para uma pessoa não infestada. As pessoas que têm piolhos podem continuar transmitindo piolhos para outras pessoas até que terminem o período de tratamento que elimina todos os piolhos e as lêndeas. Animais domésticos não transmitem piolhos.

Quais são os sintomas dos piolhos?

Uma pessoa que tem piolhos pode sentir coceira causada pela reação à saliva e às fezes do piolho, mas muitas crianças não apresentam sintomas. Os piolhos não transmitem doenças infecciosas entre pessoas e, portanto, não devem ser considerados um problema de saúde. No entanto, existe algum risco de infecção devido à coceira. Os piolhos certamente são um incômodo, mas em geral, não são considerados uma ameaça à saúde.

Como os piolhos são diagnosticados?

A melhor maneira de saber se alguém está infestado com piolhos é encontrar um piolho adulto vivo. Porém, piolhos adultos raramente são vistos porque eles são rápidos e se escondem muito bem. A identificação de uma infestação de piolhos normalmente é feita quando são encontradas lêndeas grudadas ao cabelo, próximo ao couro cabeludo. Lêndeas são partículas minúsculas, acinzentadas e ovais que não saem facilmente dos cabelos como uma partícula de caspa sairia. Os lugares mais comuns para encontrar lêndeas são atrás das orelhas e próximo aos cabelos da base do pescoço. Encontrar lêndeas a cerca de 4 mm (1/4 pol.) do couro cabeludo, geralmente significa que as lêndeas estão vivas e, portanto, é necessário iniciar um tratamento. Se as lêndeas estiverem a mais de 4 mm (1/4 pol.) do couro cabeludo, você deverá perguntar ao seu médico se é necessário iniciar um tratamento.



Como evitar pegar piolhos?

Os cabelos das crianças devem ser examinados regularmente e elas devem ser tratadas se piolhos forem encontrados. Os pais devem aprender a reconhecer os piolhos e ensinar seus filhos a não compartilhar chapéus, cachecóis ou outros acessórios de cabelos, como escovas, pentes e prendedores de cabelos.

Qual é o tratamento para a infestação de piolhos?

Há uma grande quantidade de tratamentos eficazes para a infestação de piolhos. O tratamento para a infestação de piolhos normalmente consiste em lavar os cabelos com xampus medicamentosos ou condicionadores que contenham um dos seguintes ingredientes: *permetrina*, *piretrina*, *malathion*, *álcool benzílico*, *spinosad* ou *ivermectina*. Xampus com *lindano* não são mais recomendados.

A segurança é o foco principal e esses produtos devem ser utilizados com cuidado, sob supervisão de um profissional de saúde (embora alguns deles não precisem de prescrição) e sempre de acordo com as instruções do rótulo. Isso é especialmente importante para mulheres que estão grávidas ou amamentando e para bebês com piolhos. Siga as instruções da embalagem ou rótulo com muito cuidado. Produtos à base de permetrina e piretrina são altamente seguros, mas casos de resistência têm sido registrados nos Estados Unidos. Para tratamentos mal-sucedidos, podem ser usados malathion, loção com álcool benzílico ou solução de spinosad.

Os cabelos devem ser examinados diariamente durante os 10 dias de tratamento para verificar se há novas ninhadas de piolhos. Se houver, um tratamento adicional pode ser necessário. A reaplicação do tratamento de muitos desses agentes é necessária entre 7 a 10 dias depois do tratamento inicial para eliminar os piolhos novos que possam ter nascido de ovos que não foram neutralizados.

Não existem dados que comprovem que a asfixia dos piolhos pela aplicação de produtos como vaselina, azeite, manteiga ou maionese com gordura são métodos eficazes no tratamento contra os piolhos. Retirar manualmente as lêndeas após um tratamento bem-sucedido é um processo difícil e que toma tempo. Entretanto, isso muitas vezes é necessário por questões estéticas, para evitar erro de diagnóstico ou para satisfazer políticas “sem lêndeas” de algumas escolas e creches (veja abaixo).

Precauções adicionais:

Pessoas que moram na mesma casa e outras pessoas próximas devem ser examinadas e tratadas se piolhos forem encontrados. Lembre-se: os piolhos não sobrevivem por longos períodos de tempo fora do couro cabeludo. Embora piolhos não sejam comumente transmitidos através do contato com os pertences pessoais, as seguintes etapas devem ser realizadas como precauções adicionais para evitar uma nova infestação de piolhos que tenham caído *recentemente* da cabeça de uma pessoa infestada.

- Lavar e secar à máquina roupas, roupas de cama e outros itens que uma pessoa infestada vestiu ou usou durante os 2 dias anteriores ao tratamento, usando ciclo de lavagem com água quente (130 °F/54 °C) e ciclo de secagem de alta temperatura. Roupas e itens que não podem ser lavados devem ser lavados a seco OU lacrados em sacos plásticos e guardados por 2 semanas.
- Mergulhar pentes e escovas de cabelo em água **quente** (128.3 °F/53,5 °C) por 5 minutos.
- Limpar minuciosamente com aspirador de pó tapetes, móveis estofados e colchões.
- **NÃO UTILIZE SPRAYS INSETICIDAS.**



O que é uma política “sem lêndeas”?

Muitas escolas e creches exigem que as crianças estejam livres de lêndeas antes de voltar para a escola e os pais devem estar familiarizados com as políticas das escolas e creches quanto aos piolhos. No entanto, a Academia Americana de Pediatria (AAP) e a Associação Nacional de Enfermeiras de Escolas (NASN) defendem a ideia de que as políticas “sem lêndeas” devem ser abandonadas. Os piolhos não são uma ameaça à saúde ou um sinal de falta de higiene e não são responsáveis pela transmissão de nenhuma doença. Nenhuma criança saudável deve ser expulsa ou suspensa da escola por causa dos piolhos.

Onde posso encontrar mais informações?

- Procure seu médico, enfermeira, clínicas de saúde ou o conselho de saúde local (classificado na lista telefônica como “governo local”)
- Ligue para o Departamento de Saúde Pública de Massachusetts (MDPH), Divisão de Epidemiologia e Imunização: (617) 983-6800
- Nos Centros de Controle e Prevenção de Doenças dos EUA:
www.cdc.gov/parasites/lice/head/index.html
- Na Academia Americana de Pediatria (AAP):
<http://pediatrics.aappublications.org/content/110/3/638.full.pdf>



Piojos (Pediculosis)

¿Qué son los piojos?

Los piojos (singular *piojo*) son insectos diminutos sin alas que sobreviven alimentándose con la sangre de los seres humanos. No pueden saltar ni volar, tampoco excavan debajo de la piel. Los piojos adultos o sus huevos (liendres) se encuentran en el cabello y, con mayor frecuencia, se ubican detrás de las orejas y en la base del cuello. Los piojos generalmente ponen huevos en mechones de cabello a alrededor de 4 mm o ¼ de pulgada del cuero cabelludo.

¿Quiénes tienen piojos?

Cualquier persona puede tener piojos, pero en los Estados Unidos los piojos son más comunes en los niños entre 3 a 12 años. Tener piojos se denomina “infestación”. Una infestación por piojos no significa que una persona no se higieniza. Los piojos poseen “garras” especiales en las patas que los ayudan a sujetarse el cabello. El lavado con agua y jabón no los perturba demasiado.

¿De qué manera se produce el contagio de los piojos?

El contagio de piojos se produce con más frecuencia a través del contacto directo de una cabeza con la cabeza de una persona que tiene piojos. El contagio se produce con menor frecuencia a través del contacto con los elementos personales de una persona infestada, como cepillos y peines para el cabello, sombreros, ropa sin lavar, ropa de cama o toallas. El contagio de los piojos generalmente se produce dentro del hogar. Los niños normalmente se contagian durante el contacto cercano mientras juegan. Los piojos pueden arrastrarse desde una persona u objeto infestados hacia una persona no infestada. Las personas con piojos pueden seguir contagiando a otras personas hasta que completen un tratamiento que elimine completamente todos los piojos y las liendres. Las mascotas no pueden transmitir los piojos.

¿Cuáles son los síntomas de los piojos?

Una persona que tiene piojos puede sentir picazón provocada por una reacción a la saliva y las heces del piojo, pero muchos niños no tienen síntomas. No existe información que determine que los piojos contagian enfermedades infecciosas de persona a persona y no se les debería considerar un problema médico. Sin embargo, existe cierto riesgo de infección en la piel de la persona al rascarse. Los piojos son definitivamente un fastidio, pero por lo general no se los considera un riesgo para la salud.

¿De qué manera se diagnostican los piojos?

La mejor manera de determinar si una persona está infestada con piojos es encontrar un piojo adulto vivo, aunque prácticamente no se pueden ver porque son rápidos y se esconden bien. Para identificar una infestación con piojos, por lo general, se deben detectar liendres adheridas al cabello cerca del cuero cabelludo. Las liendres son diminutos puntitos grises de forma ovalada que no se despegan con facilidad del pelo, como sucede con una caspa. Los lugares más comunes para encontrar liendres son la zona detrás de las orejas y cerca del nacimiento del pelo, en la base del cuello. Si las liendres son encontradas a ¼ de pulgada del cuero cabelludo, por lo general, significa que están vivas y que se necesita realizar un tratamiento. Si las liendres están a más de ¼ de pulgada del cuero cabelludo, debería consultarle al médico si es necesario realizar un tratamiento.



¿De qué manera se previenen los piojos?

Se debe controlar periódicamente a los niños y tratarlos en caso de que se encuentren piojos en la cabeza. Los padres deberían aprender a reconocer los piojos y enseñarles a los niños a no compartir sombreros ni bufandas o elementos de cuidado personal del cabello, como cepillos, peines y lazos para el cabello.

¿Cuál es el tratamiento para los piojos?

Existen una serie de tratamientos efectivos para los piojos. El tratamiento para los piojos generalmente consiste en lavar el cabello con un champú con medicamento o crema de enjuague que contenga alguno de los siguientes ingredientes: *permetrina*, *piretrina*, *malatión*, *alcohol bencílico*, *spinosad* o *ivermectina*. Los champús que contienen *lindano* no se recomiendan actualmente.

La seguridad es una de las principales inquietudes y estos productos deberían utilizarse con cuidado, bajo la supervisión de un proveedor de atención médica (a pesar de que algunos de ellos no necesitan receta médica) y siempre según las instrucciones de la etiqueta. Esto es importante especialmente para las mujeres embarazadas o que están amamantando y para los bebés con piojos. Asegúrese de seguir cuidadosamente las instrucciones del paquete o la etiqueta. Los productos basados en permetrina y piretrina tienen un buen historial de seguridad, pero se ha documentado la resistencia en los Estados Unidos. Para los tratamientos que no resultaron, se pueden utilizar lociones con malatión y alcohol bencílico; o bien, la suspensión de spinosad. Se debe controlar el cabello a diario durante los 10 días siguientes al tratamiento para verificar si hay piojos nacidos recientemente. Si están presentes, es posible que se deba realizar un tratamiento adicional. Muchos de estos agentes requieren una aplicación adicional del tratamiento a los 7 a 10 días posteriores para matar las liendres que puedan haber nacido de los huevos inactivos durante el tratamiento inicial.

No existe información que determinen si la asfixia de los piojos mediante la aplicación de productos como gelatina de petróleo (vaselina), aceite de oliva, manteca o mayonesa con contenido graso, son métodos efectivos para el tratamiento de los piojos. La extracción manual de las liendres después de un tratamiento satisfactorio es un proceso difícil que consume mucho tiempo. Sin embargo, a veces se desea, por motivos estéticos, para evitar la confusión del diagnóstico o cumplir con las normas “libres de liendres” de algunas escuelas o centros de cuidado infantil (véase a continuación).

Precauciones adicionales:

Los integrantes del hogar y otros contactos cercanos deberían ser examinados y tratados si se encuentran piojos. Recuerde que los piojos no sobreviven periodos prolongados fuera del cuero cabelludo. A pesar de que los piojos no se contagian comúnmente por el contacto con las pertenencias, se pueden seguir los pasos siguientes como precaución adicional a fin de evitar una nueva infestación por piojos que se cayeron *recientemente* de la cabeza de una persona infestada.



- Debe lavar a máquina y secar la ropa, las sábanas y otros elementos que utilizó una persona infestada o que fueron utilizados durante los 2 días anteriores al tratamiento, utilizando el ciclo de lavado con agua caliente (130° F) y el ciclo de secado de alta temperatura. La ropa y los elementos que no se pueden lavar se pueden lavar en seco O sellar en una bolsa de plástico y almacenar por 2 semanas.
- Enjuague los peines y cepillos en agua **caliente** (128.3°F/53.5°C) durante 5 minutos.
- Pase la aspiradora minuciosamente sobre alfombras, muebles tapizados y colchones.
- **NO UTILICE AEROSOL INSECTICIDAS.**

¿En qué consiste la política “libre de liendres”?

Muchos departamentos escolares y sitios de cuidado infantil exigen que los niños estén libres de liendres antes de regresar a la escuela, y los padres deberían familiarizarse con la política relativa a los piojos de su propia escuela o guardería para niños. No obstante, tanto la Academia Estadounidense de Pediatría como la Asociación Nacional de Enfermeras Escolares recomiendan que debieran abandonarse las normas "libres de liendres". Los piojos de la cabeza no representan un peligro para la salud ni indicios de una higiene deficiente. Tampoco son responsables del contagio de enfermedades. Ningún niño saludable debería ser excluido de la escuela ni faltar a la escuela a raíz de tener piojos en la cabeza.

¿Dónde puedo encontrar más información?

- Su médico, enfermera, clínica de salud o junta local de salud (que figuran en el directorio telefónico bajo el título “gobierno local”)
- El Departamento de Salud Pública de Massachusetts (MDPH), División de Epidemiología e Inmunización, (617) 983-6800
- Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades de los EE. UU.:
www.cdc.gov/parasites/lice/head/index.html
- Academia Estadounidense de Pediatría:
<http://pediatrics.aappublications.org/content/110/3/638.full.pdf>

