

## 10 pasos para ganar la batalla a los piojos



- 1 Ante los primeros indicios, revisa.**

Si sabes de casos recientes en tu entorno, revisa el pelo con la lندrera, especialmente por la nuca o tras las orejas, ya que son las zonas más cálidas en las que suelen ubicarse las liendres. Para facilitar el proceso, coloca un paño blanco sobre los hombros para asegurarte de que vemos los piojos cuando caen tras arrastrarlos del pelo.
- 2 Elige el mejor tratamiento.**

Si confirmas que hay piojos, acude a la farmacia para hacerte con un tratamiento pediculicida. En cambio, si no vemos piojos pero existe riesgo, hay que aplicar un repelente para prevenir.
- 3 Aplica los pediculicidas correctamente.**

Siempre aplica el producto siguiendo las recomendaciones del fabricante y, después, lava la cabeza con el champú habitual y aclara. No olvides realizar este tratamiento a todos los afectados a la vez, para evitar la reinfestación.
- 4 No utilices secadores.**

Es importante secar el pelo al aire libre, nunca con secador, ya que el calor inactiva el efecto insecticida residual del producto y este pierde eficacia.
- 5 Peina y retira.**

Tras aplicar el pediculicida, ese mismo día y los posteriores, peina el cabello con una lندrera para retirar los piojos muertos y las liendres.
- 6 Comprueba a toda la familia.**

Si otros miembros de la casa se han contagiado, hay que aplicarles el tratamiento.
- 7 Lava la ropa y limpia la casa.**

Los peines o cepillos deben ser lavados con pediculicidas o hervidos en agua; habrá que lavar la ropa de los afectados, aspirar muebles y sofás, y aislar los objetos que no puedan lavarse en una bolsa cerrada durante varios días.
- 8 Avisa en el colegio.**

Una advertencia a tiempo puede evitar que otros niños se infesten y el ciclo vuelva a comenzar.
- 9 Haz una segunda revisión.**

El ciclo de eclosión de las liendres dura siete días. Transcurrido ese tiempo, revisaremos de nuevo el cuero cabelludo con la lندrera, para comprobar que no haya piojos vivos, y repetir el tratamiento, porque las liendres pueden persistir, ya que se adhieren al pelo pese a no existir piojos vivos.
- 10 Prevén un nuevo contagio.**

Para evitar que los piojos vuelvan a aparecer, existen productos repelentes específicos que nos ayudarán a sortear un nuevo ataque.