

Pediculosis (Piojos en la cabeza)



La pediculosis es la aparición de piojos en el cuero cabelludo. Es común en niños en edad escolar y se transmite principalmente por contacto directo con el cabello o al compartir objetos personales como peines o sombreros. Aunque no causa enfermedades graves, puede provocar picazón e incomodidad y debe tratarse para evitar su propagación.

¿Qué son los piojos?

Los piojos son insectos muy pequeños que habitan en el cuero cabelludo y sobreviven alimentándose de pequeñas cantidades de sangre. Estos depositan sus huevos, llamados liendres, cerca de la raíz del cabello.

Características importantes:

No vuelan ni saltan.

Se mueven arrastrándose rápidamente.

Las liendres se adhieren firmemente al cabello.

¿Cuáles son los síntomas de la pediculosis?

Los síntomas pueden aparecer varias semanas después del contagio.

Algunos signos comunes incluyen:

- Picazón intensa en el cuero cabelludo.
- Sensación de cosquilleo o movimiento en el cabello.
- Irritación o enrojecimiento en el cuero cabelludo.
- Presencia de liendres (pequeños puntos blancos o amarillentos adheridos al cabello).
- Dificultad para dormir debido a la picazón.



¿Cómo se transmiten los piojos?

Los piojos se contagian principalmente por contacto directo.

Las formas más comunes de transmisión incluyen:

- Contacto cabeza con cabeza.
- Compartir peines o cepillos.
- Compartir sombreros, gorras o accesorios para el cabello.
- Compartir almohadas o toallas.



Datos de interés:

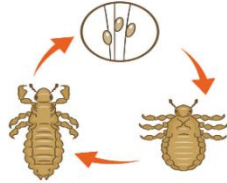
- Los piojos pueden vivir aproximadamente 30 días en la cabeza de una persona.
- Las liendres tardan alrededor de 7 a 10 días en eclosionar (proceso en el que el huevo se rompe).
- Los piojos no pueden vivir más de 1 o 2 días fuera del cuero cabelludo.
- Tener piojos no significa que una persona esté sucia o tenga mala higiene.

El ciclo de vida del piojo

El piojo completa su ciclo de vida en aproximadamente 28 días y tiene tres fases:

1. **Huevo o liendre:** Los huevos tardan entre 7 y 12 días en incubar. Se encuentran a 4-6 mm del cuero cabelludo y no sobreviven si están más lejos.

2. **Ninfa:** Es un piojo joven que se parece al adulto, pero es más pequeño (aprox. 1.5 mm, tamaño de la cabeza de un alfiler). Se convierte en adulto entre 9 y 12 días después de salir del huevo.
3. **Piojo adulto:** El piojo adulto se reproduce rápidamente y puede poner hasta 10 huevos al día.



Tenga un plan para tratar la pediculosis

- Utilice productos especiales contra piojos. Siga las instrucciones del producto.
- Revise el cabello de todos los miembros del hogar.
- Use un peine fino especial para remover piojos y liendres.
- Repita el tratamiento según las instrucciones, generalmente entre 7 y 10 días después.
- Lave con agua caliente la ropa de cama, sombreros, toallas y ropa utilizada recientemente.
- No comparta objetos personales como cepillos o peines.



Recomendaciones

- Revise regularmente el cabello de los niños, especialmente durante el año escolar.
- Mantenga el cabello recogido si es largo cuando los niños estén en la escuela.
- Enseñe a los niños a no compartir artículos personales.
- Desinfecte peines y cepillos lavándolos con agua caliente.
- Si la infestación persiste, consulte con un profesional de la salud.



Aspecto Social y Emocional

Para recomendaciones, herramientas y recursos de cómo usted y su familia pueden afrontar las preocupaciones emocionales y físicas que se presentan durante y tras su tratamiento, por favor, visite a su médico primario o comuníquese a las siguientes líneas telefónicas:

Línea de Consejería Médica

1-844-347-7801

TTY/TDD 1-844-347-7804

APS Health

787-641-9133

Referencias:

<https://www.healthychildren.org/Spanish/health-issues/conditions/from-insects-animals/Paginas/signs-of-lice.aspx>

<https://www.cdc.gov/dpdx/pediculosis/index.html>

Preparado por Educadores en Salud Licenciados.
Creado en marzo 2026.

©First Medical Health Plan, Inc.