Head Lice 101

What You Should Know About Head Lice

Lice Lessons

Overview

Head lice are a common community problem. An estimated 6 to 12 million infestations occur each year in the United States, most commonly among children ages 3 to 11 years old.[1] Though a head lice infestation is often spotted in school, it is usually acquired through direct head-to-head contact elsewhere, such as at sleepovers or camp.[2]

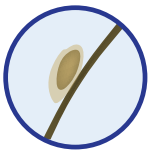
Head lice are not dangerous, and they do not transmit disease.[1] Additionally, despite what you might have heard, head lice often infest people with good hygiene and grooming habits.[3,4] Your family, friends, or community may experience head lice. It's important to know some basics, including how to recognize symptoms and what to do if faced with an infestation.

Fast Facts

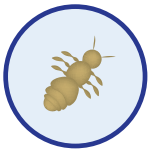
- An estimated 6 to 12 million infestations occur each year among US children 3 to 11 years of age[1]
- Head lice do not discriminate, often infesting people with good hygiene.[3,4] They spread mainly through head-to-head contact[1]
- If you or your child exhibits signs of an infestation, it is important to talk to your doctor to learn about treatment options

What are head lice?

Head lice are tiny, wingless insects that live close to the human scalp. They feed on human blood.[1] When checking for head lice, you may see several forms: the nit, the nymph, and the adult louse.



Nits are tiny, teardrop-shaped lice eggs that are often yellowish or white. Nits are also what you call the shells that are left behind once the eggs hatch. Nits are attached to the hair shaft and often found around the nape of the neck or the ears. Nits can look similar to dandruff, but cannot be easily removed or brushed off.[1]



Nymphs, or baby lice, are small and grow to adult size in 1 to 2 weeks.[1]

Adult lice are the size of a sesame seed and appear tan to grayish-white.[1]

How are head lice spread?

- Head lice move by crawling and cannot jump or fly[1]
- Head lice are mostly spread by direct head-to-head contact—for example, during play at home or school, sleepovers, sports activities, or camp[1]
- It is possible, but not common, to spread head lice by contact with items that have been in contact with a person with head lice, such as clothing (for example, hats, scarves, or coats) or other personal items (such as combs, brushes, or towels)[1]
- Head lice transmission can occur at home, in the community, or—very infrequently—in school[1,2]

What are the signs and symptoms of infestation?

Signs and symptoms of infestation include[1]:

- **Tickling** feeling on the scalp or in the hair
- **Itching** (caused by the bites of the louse)
- **Irritability and difficulty sleeping** (lice are more active in the dark)
- **Sores on the head** (caused by scratching, which can sometimes become infected)

Finding a live nymph or adult louse on the scalp or in the hair is an indication of an active infestation. They are most commonly found behind the ears and near the neckline at the back of the head.[1]

Head Lice 101

What You Should Know About Head Lice

Lice Lessons

What if my child gets head lice?

If you suspect your child might have head lice, it's important to talk to a school nurse, pediatrician, or family physician to get appropriate care. There are a number of available treatments, including new prescription treatment options that are safe and do not require nit combing. Other things to consider in selecting and starting treatment include:

- Follow treatment instructions. Using extra amounts or multiple applications of the same medication is not recommended, unless directed by a healthcare professional[5]
- A 2016 study showed that 48 states now have lice that are genetically predisposed to resistance to commonly used treatments[6]
- There is no scientific evidence that home remedies are effective treatments[7]
- Head lice do not infest the house. However, family bed linens and recently used clothes, hats, and towels should be washed in very hot water and dried on the high setting[5]
- Personal articles, such as combs, brushes, and hair clips, should be soaked in very hot water for 5 to 10 minutes if they were exposed to someone with an active head lice infestation[5]
- All household members and other close contacts should be checked, and those with evidence of an active infestation should also be treated at the same time[5]

Myths and facts about head lice

Myth: Only dirty people get head lice.
Fact: Personal hygiene and household or school cleanliness are not factors for infestation. In fact, head lice often infest people with good hygiene and grooming habits.[3,4]

Myth: Head lice carry diseases.
Fact: Head lice do not spread diseases.[1]

Myth: Head lice can be spread by sharing hair brushes, hats, clothes, and other personal items.
Fact: It is uncommon to spread head lice by contact with clothing or other personal items, such as combs, brushes, or hair accessories, that have been in contact with a person with head lice.[1]

Myth: Head lice can jump or fly, and can live anywhere.
Fact: Head lice cannot jump or fly, and only move by crawling. It is unlikely to find head lice living on objects like helmets or hats because they have feet that are specifically designed to grasp on to the hair shaft of humans. Additionally, a louse can only live for about a day off the head.[1]

Myth: You can use home remedies like mayonnaise to get rid of head lice.
Fact: There is no scientific evidence that home remedies are effective treatments.[7] Consult your healthcare provider to discuss appropriate treatment options, including prescription products.

References

1. Centers for Disease Control and Prevention. Frequently asked questions (FAQs). http://www.cdc.gov/parasites/lice/head/gen_info/faqs.html. Accessed April 20, 2017. **2.** Pontius DJ. Demystifying pediculosis: school nurses taking the lead. *Pediatr Nurs.* 2014;40(5):226-235. **3.** Meinking T, Taplin D, Vicaria M. Infestations. In: Schachner LA, Hansen RC, eds. *Pediatric Dermatology*, 4th ed. Mosby Elsevier; 2011:1535-1583. **4.** Centers for Disease Control and Prevention. Epidemiology & risk factors. http://www.cdc.gov/parasites/lice/head/epi.html. Accessed April 20, 2017. **5.** Centers for Disease Control and Prevention. Treatment. http://www.cdc.gov/parasites/lice/head/treatment.html. Accessed April 20, 2017. **6.** Gellatly KJ, Krim S, Palenchar DJ, et al. Expansion of the knockdown resistance frequency map for human head lice (phthiraptera: pediculidae) in the United States using quantitative sequencing. *J Med Entomol.* 2016:1-7. **7.** Centers for Disease Control and Prevention (CDC). Treatment frequently asked questions. http://www.cdc.gov/parasites/lice/ head/gen_info/faqs_treat.html. Accessed April 20, 2017.

Lice Lessons educational initiative is made possible through a collaboration with Arbor Pharmaceuticals, LLC.
PP-NP-US-0256

arbor PHARMACEUTICALS, LLC

NASN National Association of School Nurses

Piojos 101

Lo que debe saber sobre los piojos

Lección sobre los piojos

Visión general

Los piojos son un problema comunitario común. Cada año en los Estados Unidos existen de 6 a 12 millones de infestaciones aproximadamente; los casos más comunes suceden en niños de entre 3 y 11 años.[1] Aunque una infestación por piojos se detecta normalmente en la escuela, suele contraerse a través del contacto directo de una cabeza con otra en cualquier otro lado, como en campamentos o pijamadas.[2]

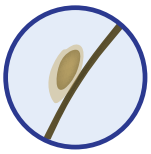
Los piojos no son peligrosos y no transmiten enfermedades.[1] Adicionalmente, a pesar de lo que pudiera haber oído, los piojos a menudo infestan a personas con buena higiene y buenos hábitos de aseo personal.[3,4] Su familia, amigos o comunidad pudieran tener piojos. Es importante conocer lo básico, incluyendo reconocer los síntomas y qué hacer si enfrenta una infestación.

Datos rápidos

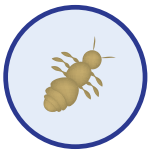
- Cada año hay un estimado de 6 a 12 millones de infestados en niños estadounidenses de entre 3 y 11 años de edad[1]
- Los piojos no discriminan y a veces infestan a personas con buena higiene.[3,4] Por lo general, se transmiten por el contacto de una cabeza con otra[1]
- Si usted o su hijo exhiben señales de una infestación, es importante hablar con su médico para conocer opciones de tratamiento

¿Qué son los piojos?

Los piojos son insectos diminutos y sin alas, que viven cerca del cuero cabelludo humano. Se alimentan de sangre humana.[1] Cuando esté revisando la presencia de piojos, podría toparse con diferentes formas: la liendre,la ninfa y el piojo adulto.



Las liendres son pequeños huevos de piojos con forma de gota que, por lo general, son amarillentos o blancos. También se le llama así a la cáscara que dejan una vez que los huevos eclosionan. Se adhieren a la raíz del cabello y, a veces, se encuentran en la nuca o en las orejas. Pueden parecerse a la caspa, pero no se retiran o cepillan fácilmente.[1]



La ninfa, o bebé piojo, es más pequeña, y llega al tamaño adulto en 1 o 2 semanas.[1]

El piojo adulto es aproximadamente del tamaño de una semilla de sésamo y su color varía de canela a blanco grisáceo.[1]

¿Cómo se transmiten los piojos?

- Los piojos se mueven a rastras y no pueden saltar o volar[1]
- Por lo general, los piojos se transmiten por el contacto directo entre una cabeza y otra; por ejemplo, durante un juego en casa o en la escuela, pijamadas, actividades deportivas o campamentos[1]
- Es posible, pero no común, contagiarse de piojos por entrar en contacto con los artículos que ha usado una persona con piojos, como su ropa, sombreros, bufandas o sacos, u otros artículos personales, como peines, cepillos o toallas[1]
- La transmisión de piojos puede ocurrir en casa, en la comunidad o, aunque es muy poco frecuente, en la escuela[1,2]

¿Cuáles son los signos y síntomas de una infestación?

Los signos y síntomas de la infestación incluyen[1]:

- **Sensación de cosquillas** en el cuero cabelludo o en el cabello
- **Picazón** (causada por las mordeduras de los piojos)
- **Irritabilidad y dificultad para dormir** (los piojos son más activos en la oscuridad)
- **Llagas en la cabeza** (causadas por el rascado, y que algunas veces pueden infectarse)

Conseguir una ninfa o un piojo adulto vivo en el cuero cabelludo o en el cabello es una indicación de que hay una infestación activa. Más comúnmente, se encuentran detrás de las orejas o cerca de la nuca en la parte de atrás de la cabeza.[1]

Piojos 101

Lo que debe saber sobre los piojos

Lección sobre los piojos

¿Qué pasa si mi hijo tiene piojos?

Si usted sospecha que su hijo tiene piojos, es importante hablar con el personal de enfermería escolar, pediatra o médico familiar para recibir el tratamiento adecuado. Existe una gran variedad de tratamientos, incluyendo nuevas opciones de tratamientos con receta que son seguros y no requieren el uso del peine para liendres. Otros aspectos a considerar al seleccionar e iniciar tratamientos:

- Siga las instrucciones del tratamiento. No es recomendable usar cantidades adicionales o múltiples aplicaciones del mismo medicamento, a menos de que lo indique un profesional de atención médica[5]
- Un estudio del año 2016 reveló que personas en 48 estados tienen piojos que están genéticamente predispuestos a resistirse a los tratamientos que se usan normalmente[6]
- No existe evidencia científica que demuestre que los remedios caseros sean efectivos[7]
- Los piojos no infestan la casa. Sin embargo, la ropa de cama del hogar, así como la ropa, sombreros y toallas que se han usado recientemente, se deben lavar con agua muy caliente y secarse con la temperatura más alta[5]
- Los artículos personales, como peines, cepillos y ganchos para el cabello, se deben sumergir en agua muy caliente (al menos 130 °F) por 5 a 10 minutos, si han sido expuestos a alguien con una infestación activa de piojos[5]
- Se debe verificar la presencia de piojos en todos los miembros del hogar y otros contactos cercanos, y se debe tratar al mismo tiempo a todos aquellos con evidencia de una infestación activa[5]

Mitos y hechos acerca de los piojos

Mito: Solo las personas desaseadas se infestan con piojos.
Hecho: La higiene personal y la limpieza del hogar o la escuela no son factores para la infestación. De hecho, los piojos infestan a las personas con buena higiene y buenos hábitos de aseo personal.[3,4]

Mito: Los piojos pueden traer enfermedades.
Hecho: Los piojos no transmiten ninguna enfermedad.[1]

Mito: Los piojos pueden transmitirse al compartir cepillos de cabello, sombreros, ropas y otros artículos personales.
Hecho: Es poco común que se transmitan los piojos al entrar en contacto con ropa u otros artículos personales, como peines, cepillos o accesorios para el cabello que han estado en contacto con una persona con piojos.[1]

Mito: Los piojos pueden saltar o volar y pueden vivir en cualquier lugar.
Hecho: Los piojos no pueden saltar o volar, y solo se mueven a rastras. Es poco probable encontrarlos viviendo en objetos como cascos o sombreros, porque los piojos tienen patas que están diseñadas específicamente para adherirse a la raíz del cabello de los humanos. Además, un piojo solo puede vivir alrededor de un día fuera de la cabeza.[1]

Mito: Puede usar remedios caseros como mayonesa para deshacerse de los piojos.
Hecho: No existe evidencia científica que afirme que los remedios caseros son tratamientos efectivos.[7] Consulte a su proveedor de atención médica para discutir opciones de tratamientos adecuados, incluyendo productos con receta médica.

Referencias

1. Centers for Disease Control and Prevention. Frequently asked questions (FAQs). http://www.cdc.gov/parasites/lice/head/gen_info/faqs.html. Accessed April 20, 2017. **2.** Pontius DJ. Demystifying pediculosis: school nurses taking the lead. *Pediatr Nurs.* 2014;40(5):226-235. **3.** Meinking T, Taplin D, Vicaria M. Infestations. In: Schachner LA, Hansen RC, eds. *Pediatric Dermatology*, 4th ed. Mosby Elsevier; 2011:1535-1583. **4.** Centers for Disease Control and Prevention. Epidemiology & risk factors. http://www.cdc.gov/parasites/lice/head/epi.html. Accessed April 20, 2017. **5.** Centers for Disease Control and Prevention. Treatment. http://www.cdc.gov/parasites/lice/head/treatment.html. Accessed April 20, 2017. **6.** Gellatly KJ, Krim S, Palenchar DJ, et al. Expansion of the knockdown resistance frequency map for human head lice (phthiraptera: pediculidae) in the United States using quantitative sequencing. *J Med Entomol.* 2016:1-7. **7.** Centers for Disease Control and Prevention (CDC). Treatment frequently asked questions. http://www.cdc.gov/parasites/lice/ head/gen_info/faqs_treat.html. Accessed April 20, 2017.

La iniciativa educativa de aprendizaje acerca de los piojos ha sido posible gracias a la colaboración de Arbor Pharmaceuticals, LLC.

PP-NP-US-0292

arbor PHARMACEUTICALS, LLC

NASN National Association of School Nurses