

Alternativas para el control de piojos y sarna



Las infecciones de piojos y de sarna día a día se hacen más comunes en niños y adultos. Para combatir estas infecciones se encuentran en el mercado lociones y shampoo a base de sustancias químicas catalogadas por la Organización Mundial de la Salud como Extremada y Altamente peligrosas por su toxicidad. Es el caso del insecticida malatión y sustancias químicas como la decametrina, la deltametrina, la permetrina, no tan tóxicas como el malatión, pero igualmente muy peligrosas.

Estas sustancias son venenos y muy dañinas para el ser humano y el medio ambiente. Sin embargo pueden ser sustituidas por métodos alternativos para el control de estas enfermedades. Estos preparados son fáciles de utilizar, efectivos y lo más importante no implican riesgos para la salud humana.

1 - ¿Que es el Malatión?

El Malatión es un insecticida organofosforado. Los organofosforados se absorben con facilidad por inhalación, ingestión y penetración dérmica.

El Malatión no es un insecticida puro sino un "complejo" que incluye, además del Malatión propiamente dicho, impurezas como los trimetil fosfatos y el Malaoxón e incluso ingredientes "inertes" de alto riesgo. En muchos casos los derivados del propio Malatión son varias decenas de veces más tóxicos que el Malatión puro.

No se ha demostrado que las dosis bajas del complejo Malatión fueran inocuas. Muy por el contrario, esas bajas dosis han podido asociarse a innumerables efectos tóxicos en el laboratorio.

Efectos del Malatión sobre la Salud Humana

1 - Efectos mutagénicos. Alteraciones cromosómicas. Carcinogénesis. La alteración de los genes y de los cromosomas humanos pueden provocar numerosos trastornos orgánicos, entre ellos cáncer.

2 - Efectos neurotóxicos. Puede actuar sobre el hipotálamo y afectar la memoria. Se han registrado casos de polineuropatía crónica, daño a los sentidos y trastornos de la conducta.

3 - La exposición repetida genera respuestas alérgicas en seres humanos.

4 - Provoca un descenso en los cantidad de espermatozoides y tiene efectos sobre el desarrollo embrional y fetal.

5 - Tiene efectos sobre hígado, riñón y otros órganos. Puede inhibir las enzimas hepáticas y afectar el funcionamiento de las membranas biológicas.

6 - Produce irritación en los ojos y puede causar disturbios visuales temporarios.

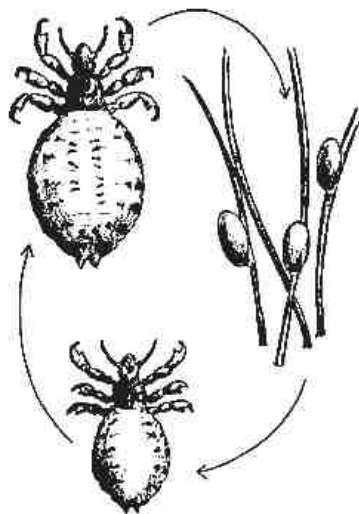
7 - Desregula el sistema inmune, afectando muy especialmente los mecanismos de inmunidad no específica. La exposición crónica a bajas dosis y por períodos prolongados de tiempo también puede alterar el sistema inmune.

Efectos del Malatión sobre medio ambiente

Es altamente tóxico para abejas, peces y otras especies marinas. Moderadamente tóxico para aves.

2 ¿Que son los piojos?

El piojo (*Pediculus humanus capitis*) es un insecto ectoparásito (que vive externamente en el huésped) exclusivo del ser humano. Tiene piezas bucales especializadas para chupar sangre y un pequeño cuerpo aplanado de unos 1.5 a 3 mm de largo. Una garra en cada una de sus seis patas le permite aferrarse al cabello de su huésped. La hembra pone huevitos o liendres de color blanquecino una vez al día y los fija al pelo con una sustancia pegajosa. Los huevos eclosionan en una semana. A la infección de piojos se le conoce médicamente como pediculosis.



El ciclo biológico del piojo de la cabeza

La hembra adulta vive cerca de 10 días y deposita un total de 50 a 300 huevitos o liendres, cerca del cuero cabelludo. A los siete días sale la ninfa, que se alimenta de sangre del cuero cabelludo hasta llegar a la edad adulta en 9 días, cuando se aparea y repite el ciclo.

Los piojos se encuentran en el cuero cabelludo, principalmente alrededor de las orejas y en el cuello, pero también pueden encontrarse en las cejas y otros cabellos del cuerpo, en peines y cepillos, etc. Generalmente pueden sobrevivir fuera de su huésped de 2 a 3 días sin chupar sangre. Los piojos no vuelan ni saltan; la transmisión de los piojos se da generalmente cuando una persona infectada entra en contacto directo con otra; por ejemplo, cuando un niño duerme junto a otro niño infestado o comparte con el peines, cepillos, toallas, gorras o ropa.

3 ¿Que es la sarna?

La sarna es una infección de la piel causada por un ácaro muy pequeño (*Sarcoptes scabiei*) redondo de color blanco perla y menor a 0,05 cm de largo. Suele tener tres pares de patas cuando es una larva y cuatro cuando pasa a estado de ninfa o adulto. Su boca está adaptada para perforar y hacer túneles debajo de la piel donde deposita sus huevitos . El ácaro vive unas seis semanas y cada tres semanas nace una nueva generación. Se encuentran especialmente alrededor de las manos, pies y genitales masculinos y en ocasiones en el cuello y la cabeza de los niños. La reacción alérgica a los ácaros causa una comezón muy fuerte, que se agudiza en la noche. La picazón intensa que caracteriza a la sarna empieza un mes después de la infección inicial. El rascado puede ocasionar infecciones bacterianas secundarias. Se transmite por contacto con personas infectadas.

4 ¿Como controlar piojos y sarna?

La mejor alternativa de control de piojos y sarna es la prevención con adecuadas prácticas de limpieza e higiene.

Medidas preventivas contra piojos

Revise diariamente la cabeza de los niños para detectar a tiempo la presencia de piojos adultos o liendres (huevitos). Remueva los piojos adultos y las liendres con un peine fino, preferentemente metálico. Este es



el método más efectivo para remover las liendres y detectar los piojos. Recuerde, las liendres tardan alrededor de 7 días en eclosionar.

Se recomienda lavar con frecuencia, cortar o recoger el cabello a fin de prevenir infecciones.

Ponga en agua bien caliente durante 10 minutos los cepillos y peines usados y lávelos con agua jabonosa a 65°C. Lave la ropa de cama y la de los niños con agua caliente.

No compartir peines, cepillos, gorros, vinchas con otras personas. Notificar inmediatamente a las autoridades de la escuela si detecta a un niño infectado.

Para tratar las infecciones, use métodos naturales como los que se detallan más adelante

Medidas preventivas contra la sarna

La transmisión de la sarna puede prevenirse si es detectada a tiempo y se hace un diagnóstico médico apropiado para identificar a los ácaros adultos, sus huevitos o su excremento. Así no se confundirá esta comezón con otras causadas por reacciones alérgicas o por intoxicación. Si se sospecha una infección por sarna acuda al centro de salud más próximo para obtener un diagnóstico correcto.

Se debe evitar el contacto de los infectados por sarna con las demás personas, hasta 24 horas después de recibir un tratamiento adecuado.

Es necesario prevenir el uso compartido de los objetos personales del infectado: peine, cepillos, toallas, ropa de cama y de uso diario.

Se debe lavar toda la ropa potencialmente expuesta con agua muy caliente. En caso de confirmarse la infección, todas las personas con las que ha tenido contacto el afectado deben ser revisadas regularmente para identificar posibles contagios.

5 - Tratamientos alternativos para eliminar piojos

Siempre es recomendable comenzar el tratamiento removiendo piojos y liendres con un peine fino. Se pueden elaborar preparaciones piojicidas con numerosas plantas y hierbas. A modo de ejemplo compartimos con ustedes algunas recetas.

Aloe vera (Aloe vera)

Es muy común en Uruguay. Estas plantas se cultivan como ornamentales por su atractivo y dureza. Forman una roseta de grandes hojas carnosas y gruesas que salen de un tallo corto (en algunas especies es muy largo e incluso ramificado).



Hacer una mezcla, mitad shampoo y mitad de hojas de aloe trituradas. Lavar el cabello rigurosamente. Volver a lavar con esta mezcla cuantas veces sea necesario.

Yerba piojera (Delphinium staphisagria)

La yerba piojera es una planta anual, empinada y robusta, que suele alcanzar un metro de altura.

Sus hojas, de considerable tamaño, se asemejan a una mano abierta y aparecen divididas en gajos, aunque éstos no son iguales en todas ellas: en las hojas superiores están enteros, mientras que en las inferiores tienen lóbulos. A una cucharada (10g) de hojas de yerba piojera fresca se le agrega una taza de agua (250ml) y se deja hervir entre cinco a diez minutos. Se deja enfriar y se aplica en el pelo con un algodón o un paño. Luego pasar el peine fino

Chamico (*Datura ferox*)

En la actualidad, el chamico es considerado como una maleza, pero antiguamente era muy utilizado como anestésico y alucinógeno. Los negros candomberos lo usaban en forma de cigarros.

A una cucharada (10g) de hojas de chamico fresca se le agrega una taza de agua (250ml) y se deja hervir entre cinco a diez minutos. Se deja enfriar y se aplica en el pelo con un algodón o un paño. Luego se pasa el peine fino.



Ruda (*Ruta graveolens* L, *Ruta, chalepensis* L. Rutáceas)

Alcanza alturas de entre 60 a 120 cms. Tiene las hojas de un verde claro. Las flores forman ramilletes y tienen entre cinco y cuatro pétalos, siendo de un color amarillo vivaz. La planta entera tiene un aroma característico difícil de confundir con otros.



Se debe usar la infusión de ruda al lavar el cabello, junto con el shampoo y en el enjuague.

Preparación A

- 1 - A un manojo de ruda se le agrega agua hirviendo y se deja reposar hasta alcanzar una temperatura que soporte la mano.
- 2 - El lavado de pelo se realiza con esta infusión más el shampoo. El enjuague también se hace con la infusión.
- 3 - Se repite el tratamiento cada vez que se lave el pelo y hasta que se eliminen los piojos de la cabeza.

Preparación B

Seis puñados de ruda y seis puñados de toronjil se ponen a hervir a fuego lento en un litro de agua durante 30 minutos.

Cedro Santo

El Cedro Santo es un árbol de origen tropical con propiedades insecticidas, nematidas y larvicidas. Se puede usar la corteza del árbol como insecticida para el tratamiento de piojos.

- Colocar 15 gr de corteza de Cedro Santo en 200cc de alcohol.
- Dejar reposar durante 12 horas hasta que el alcohol adquiera una coloración amarillenta.
- Aplicar con algodón en toda la cabeza. Se puede hacer a cualquier hora del día, pero lo ideal es en la noche para prolongar su efecto.
- Repetir el tratamiento cuantas veces sea necesario.

Vinagre y sal

Enjuague con vinagre:

- 1 - Utilizar una solución de partes iguales de vinagre y agua, aplicar al cabello, luego peinar el cabello con un peine de dientes finos previamente remojado en vinagre.
- 2 - Enjuague de sal gruesa: 1 cucharada de sal en 1 litro de agua

Ruda, Romero, Orégano y Tomillo

Se mezclan 100 gramos de cada planta. Esta mezcla se puede usar en aceite de infusión, macerado de agua o tintura.

Instrucciones para aceite de infusión:

Los 100 gramos de cada planta troceada se mezcla con aceite de cártamo, canola o girasol, se pone a baño María por un hora, dejar enfriar, se cuela, agregar dos cápsulas de vitamina E de 500 U para evitar la oxidación. Este aceite se puede mezclar al 10% en el shampoo o se puede aplicar directamente al cabello con un peine.

Instrucciones para macerado de agua:

Se ponen 100 gramos de cada planta y un litro de agua en un envase de vidrio. Se deja durante una noche en un lugar oscuro. Se cuela y se añade en un 10% al shampoo.

Instrucciones para tintura:

Se añaden 100 gramos de cada planta en 250 ml de alcohol con 750 ml de agua y se deja por 15 días, se agita el frasco una vez por día. Se cuela y se añade glicerina al 1% se aplica con un pulverizador. Se puede añadir al shampoo en un 10%.

Otros métodos

1 - Triturar las hojas de la ruda con alcohol, aplicarla en la cabeza, cubrir durante 1 hora y pasar peine fino.

2 - Hacer una infusión con una proporción de 25 grs. de romero en 1 litro de agua. Mojar con la misma el cuero cabelludo y pasar el peine fino.

6 - Tratamientos alternativos para sarna y piojos

En el caso de la sarna, trate sólo a los individuos afectados y siga las instrucciones del preparado de manera estricta, para evitar el exceso de aplicación.

Aíse lo más posible al paciente respecto de las personas no infectadas, hasta 24 horas después de acabar con el tratamiento anti sarna.

Durante y después del tratamiento, asegúrese de que el paciente tenga acceso a ropa limpia para el uso diario y de cama.

Revise a las personas infectadas después de 7 días, de 2 semanas y luego de un mes, para asegurarse que el tratamiento ha sido efectivo.

Yerba del bicho (*Polygonum punctatum* Elliott)

Hierba anual de 0,30 a 1 metro de altura que crece en sitios húmedos. Es una planta muy común en Uruguay. Es repelente de insectos, en particular de ácaros y se la usa como garrapaticida y para la sarna.

A una cucharada (10g) de hojas frescas de Yerba del Bicho se le agrega una taza de agua (250ml) y se deja hervir entre cinco a diez minutos. Se deja enfriar y se aplica en el pelo o piel con un algodón o un paño.

Ruda (*Ruta graveolens* L, *Ruta chalepensis* L. Rutáceas)

Preparación A

A una cucharada (10g) de hojas de ruda fresca se le agrega una taza de agua (250ml) y se deja hervir cinco minutos. Se deja enfriar y se aplica en el pelo o piel con un algodón o un paño.

Preparación B - Ruda y semilla de palta

Partir por la mitad dos semillas de paltas, hervir en 2 litros de agua con un puñado de ruda, se deja toda la noche, se cuele y se pone en la cabeza después de bañarse, frotando el cabello con la yema de los dedos.

Preparación C - Ruda en pomada

Hacer una tintura y se calienta a baño María, hasta reducir su volumen en cinco veces- de un litro a 200ml, luego se debe fundir a baño María un kg de vaselina blanca o grasa animal, agregar 100 ml del concentrado. Dejar enfriar, mezclando bien. Aplicar en la zona afectada uno o dos veces por día.



Cedro Santo

Usada por sus características tóxicas en insectos, es particularmente efectiva para el combate de piojos y sarna. Se usa la corteza en tintura.

Instrucciones para la tintura: Se coloca en un frasco 200g de las hojas de los trocitos de la corteza y se agrega un litro de alcohol de 70 grados. Agitar bien y dejar en reposo 10 días. Se agita el preparado una vez por día. A los diez días filtrar y guardar en un frasco. Se aplica en la zona afectada. Repetir el tratamiento.

Paraíso (*Melia azedarrach*, *Meliaceae*)

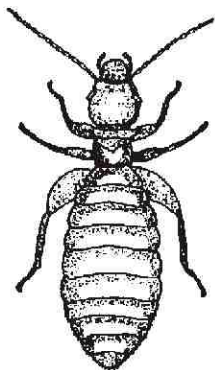
A una cucharada (10 gramos) de hojas de paraíso se le agrega una taza de agua (250ml) y se deja hervir cinco minutos. Dejar enfriar y aplicar en el pelo o piel con un algodón o un paño.



7 - Precauciones en el uso de plantas

- Debe evitarse durante los periodos de embarazo y lactancia, o en niños menores de tres años.
- Recolectar las plantas en lugares donde no se utilicen plaguicidas, lejos de industrias, basureros o caminos de alto tránsito de vehículos.
- Los preparados son solo de uso externo
- Los preparados deben ser realizados en adecuadas condiciones de higiene tanto del lugar como en los materiales o herramientas utilizados.

En algunos supermercados, farmacias y yuyerias se encuentran preparados a base de hierbas.



Fuentes:

- “Alternativas al lindano” Para el control de piojos y sarna en humanos y animales y la protección de semillas editado por RAP-AL Chile y Alianza por una Mejor Calidad de Vida.

- Informe sobre los riesgos sanitarios y ambientales del malati6n. Dr. Ra6l A. Montenegro, 2001

- Colaboraci6n y apoyo: Mari6n Aguilera

RAP-AL Uruguay
Ana Monterroso de Lavalleya 2112 / Ap. 802
tel.: 0 598 (2) 401 2834
rapaluy@chasque.net
www.chasque.net/rapaluy
Diciembre 2006



RAP-AL Uruguay