

# Tratamiento de Piojos y Sarna sin Medicamentos Farmacéuticos

Autor: EA4IPV

Fecha: 23/03/2026

Categoría: Herrería Básica

Etiquetas: Sin etiquetas

## Tratamiento de Piojos y Sarna sin Medicamentos Farmacéuticos

Los piojos (*Pediculus humanus capitis* y *Pediculus humanus corporis*) y la sarna (*Sarcoptes scabiei*) son ectoparasitosis que se convierten en epidemias recurrentes en cualquier situación de hacinamiento, falta de agua caliente y ausencia de cambio frecuente de ropa. Según la OMS (Control de Enfermedades Tropicales Desatendidas, 2020), la sarna afecta a 200 millones de personas en el mundo en cualquier momento dado, y los piojos infestan al 6-12 % de los niños en edad escolar incluso en países desarrollados. En contextos de crisis, la prevalencia se dispara: durante la Primera Guerra Mundial, prácticamente el 100 % de los soldados de trinchera estaban infestados de piojos corporales, que además transmitían el tifus exantemático (*Rickettsia prowazekii*), responsable de millones de muertes. En un escenario sin acceso a permetrina, ivermectina ni otros tratamientos farmacéuticos, el control de estas parasitosis requiere métodos físicos y sustancias naturales cuya eficacia está documentada desde antes de la era farmacéutica.

### Biología del piojo: conocer al enemigo

El control eficaz de los piojos requiere comprender su ciclo biológico, ya que cada método de tratamiento actúa sobre una fase específica del ciclo. Un tratamiento que elimine adultos pero no liendres (huevos) fracasará, porque los huevos eclosionarán en 7-10 días repoblando la infestación.

#### Fase

##### Duración

##### Características

##### Vulnerabilidad

#### Liendre (huevo)

7-10 días

Adherida al pelo a

Calor >55 °C durante 5 min. Remoción mecánica con lendrera de púas finas (

#### Ninfa (larva)

9-12 días en 3 mudas

Versión pequeña del adulto. Necesita alimentarse de sangre en las primeras horas tras eclosionar

Peinado metódico con lendrera. Asfixia con sustancias oclusivas (aceites, vaselina)

#### Adulto

30 días de vida. La hembra pone 6-10 huevos/día

Mide 2-3 mm. Se alimenta de sangre 4-5 veces/día. Muere en 24-48 h fuera del huésped

Peinado mecánico, calor, asfixia con oclusivos, sustancias tóxicas naturales

Piojo de la cabeza (*P. humanus capitis*): Vive exclusivamente en el cabello del cuero cabelludo. Se transmite por contacto directo cabeza-cabeza o por compartir peines, gorros y almohadas. No transmite enfermedades, pero causa picor intenso (reacción alérgica a la saliva del piojo) que puede llevar a lesiones por rascado e infecciones secundarias bacterianas (impétigo).

Piojo del cuerpo (*P. humanus corporis*): Morfológicamente casi idéntico al de cabeza, pero vive en las costuras de la ropa y se desplaza al cuerpo solo para alimentarse. Es el verdadero peligro sanitario: transmite tifus exantemático (*Rickettsia prowazekii*), fiebre de las trincheras (*Bartonella quintana*) y fiebre recurrente (*Borrelia recurrentis*). Se controla principalmente con higiene de la ropa (lavado a  $>60^{\circ}\text{C}$ , planchado de costuras) más que con tratamiento corporal.

Ladilla (*Phthirus pubis*): Piojo del pubis, adaptado al vello grueso de la zona genital, axilar, torácica y, raramente, cejas y pestañas. Transmisión por contacto íntimo o compartir ropa interior o toallas. No transmite enfermedades. Se trata con los mismos métodos que el piojo de cabeza, aplicados a la zona afectada.

Tratamiento mecánico de piojos: el método más eficaz

El peinado metódico con lendreras de púas finas es el tratamiento de primera línea recomendado por la National Health Service (NHS) del Reino Unido y por múltiples guías clínicas europeas, con una eficacia del 57-86 % como monoterapia cuando se realiza correctamente (estudio del British Medical Journal, Hill et al., 2005). Con sustancias coadyuvantes que faciliten el deslizamiento, la eficacia supera el 90 %.

Protocolo de peinado húmedo (Bug Busting, NHS): Lavar el cabello con cualquier jabón o champú disponible. Aplicar abundante acondicionador (o aceite de oliva/girasol si no hay acondicionador) para inmovilizar temporalmente a los piojos y facilitar el deslizamiento de la lendrerita. Dividir el cabello en secciones de 2-3 cm. Peinar cada sección desde la raíz hasta las puntas con lendrerita de púas metálicas (separación Método oclusivo con aceite: Saturar completamente el cabello y cuero cabelludo con aceite (oliva, girasol, coco, ricino o cualquier aceite vegetal disponible). Cubrir con un gorro de plástico o bolsa durante 8 horas (preferiblemente toda la noche). El aceite obstruye los espiráculos (orificios respiratorios) del piojo, causando asfixia. Un estudio del Journal of Pediatric Nursing (Takano-Lee et al., 2004) demostró que el aceite de oliva mata al 80 % de los piojos adultos en 8 horas, pero tiene eficacia limitada sobre liendres. Tras la oclusión, peinar con lendrerita para retirar piojos muertos y liendres. Repetir a los 7 y 14 días.

Calor para desinfección de objetos: Los piojos mueren en 5 minutos a  $55^{\circ}\text{C}$  y las liendres se inactivan a la misma temperatura. Lavar ropa de cama, gorros, bufandas y prendas en contacto con la cabeza a  $60^{\circ}\text{C}$  o más. Si no hay agua caliente: meter la ropa en bolsa de plástico cerrada durante 2 semanas (los piojos adultos morirán de hambre en 48 h y las liendres eclosionarán y morirán sin huésped). Planchar las costuras y zonas de contacto con plancha caliente. Peines y cepillos: sumergir en agua a  $60^{\circ}\text{C}$  durante 10 minutos.

Rasurado como último recurso: El rasurado completo del cabello elimina el 100 % de piojos y liendres instantáneamente, y fue la medida estándar en el ejército durante las guerras mundiales. Sin embargo, tiene un impacto psicológico significativo, especialmente en niños y mujeres. La OMS lo recomienda solo cuando

los métodos de peinado y oclusión han fracasado repetidamente o en situaciones de epidemia masiva donde no hay recursos para tratamiento individual. El pelo corto (menos de 1 cm) dificulta enormemente la reinfestación.

#### Tratamiento de la sarna sin fármacos

La sarna es causada por el ácaro *Sarcoptes scabiei*, que excava túneles en la capa córnea de la piel donde deposita huevos y heces. El síntoma cardinal es un picor intenso que empeora por la noche (cuando el ácaro está más activo). Las lesiones típicas se localizan en espacios interdigitales, muñecas, codos, axilas, cintura, genitales y glúteos.

**Azufre tópico (tratamiento histórico de referencia):** El azufre precipitado al 5-10 % en una base grasa (vaselina, manteca de cerdo, aceite de coco espesado) es el tratamiento más antiguo para la sarna y sigue siendo recomendado por la OMS como primera línea en países donde la permetrina no está disponible. La OMS (Modelo de Formulario de Medicamentos, 2004) establece el protocolo: mezclar azufre en polvo al 5-10 % con vaselina o grasa animal, aplicar sobre TODA la piel desde el cuello hasta los pies (incluyendo pliegues, uñas y genitales) después del baño nocturno. Dejar actuar toda la noche y lavar por la mañana. Repetir 3 noches consecutivas. El azufre se reduce a sulfuro de hidrógeno y ácido pentacénico en contacto con la piel, que son tóxicos para el ácaro. Eficacia: 70-80 % con un ciclo de 3 noches. Si persisten los síntomas, repetir tras 7 días.

**Aceite de neem (*Azadirachta indica*):** El aceite de neem contiene azadiractina y otros limonoides que inhiben el crecimiento y la reproducción de artrópodos. Un ensayo clínico del *Journal of Dermatological Treatment* (Charles & Charles, 1992) reportó curación del 97 % de pacientes con sarna tratados con pasta de neem y cúrcuma durante 3-15 días. Preparación: mezclar aceite de neem puro con cúrcuma en polvo hasta obtener una pasta aplicable. Cubrir toda la piel afectada y dejar actuar durante la noche. Lavar por la mañana. Repetir diariamente durante 7-14 días. El neem es seguro para la piel y tiene acción antiinflamatoria que alivia el picor.

**Baño de azufre y vinagre:** Método tradicional mediterráneo: añadir 200-300 g de azufre en polvo y 500 ml de vinagre a una bañera o balde grande de agua caliente (40-42 °C). Sumergir el cuerpo durante 20-30 minutos, frotando la piel con una esponja. El vinagre (pH 2-3) acidifica la piel y debilita los túneles del ácaro; el azufre en solución ácida forma compuestos directamente tóxicos para *Sarcoptes scabiei*. Repetir diariamente durante 5-7 días. Si no se dispone de bañera, aplicar la mezcla con esponja sobre toda la superficie corporal.

**Aceite de árbol del té (*Melaleuca alternifolia*):** El aceite esencial de árbol del té al 5 % ha demostrado actividad acaricida in vitro contra *Sarcoptes scabiei* en un estudio del *Archives of Dermatology* (Walton et al., 2004). Se puede añadir al aceite portador (oliva, coco) en proporción 1:20 (5 %) y aplicar tópicamente. No es suficiente como monoterapia por su limitada penetración en los túneles, pero es un coadyuvante útil que además alivia el picor por su acción antiinflamatoria.

El picor persiste tras el tratamiento: Incluso cuando el tratamiento ha eliminado todos los ácaros, el picor puede persistir durante 2-4 semanas debido a la reacción alérgica a las heces y cadáveres de ácaros que permanecen en la piel. Esto NO significa que el tratamiento haya fracasado. La OMS recomienda no repetir

tratamientos innecesariamente basándose solo en el picor residual. Se considera fracaso terapéutico solo si aparecen nuevos túneles o nuevas lesiones después de 2 semanas del tratamiento.

#### Desinfección del entorno y prevención de reinfestación

El tratamiento del individuo sin desinfección del entorno conduce inevitablemente a la reinfestación, especialmente en el caso de piojos corporales y sarna. La desinfección ambiental es tan importante como el tratamiento personal.

#### Parásito

Supervivencia fuera del huésped

Desinfección de ropa y textiles

Desinfección del entorno

#### Piojo de cabeza

24-48 h (muere sin alimentarse)

Lavar a >60 °C o aislar en bolsa cerrada 48 h

Aspirar sofás, almohadas. Lavar peines en agua a 60 °C, 10 min

#### Piojo de cuerpo

5-7 días sin alimentarse. Huevos viables 10 días en costuras

Lavar a >60 °C imprescindible. Planchar costuras. Si no hay agua caliente: bolsa cerrada 2 semanas

Lavado de toda la ropa de cama. Tratamiento de colchones con calor o aislamiento

#### Sarna

48-72 h en ropa y superficies

Lavar a >60 °C toda la ropa usada en los 3 días previos al tratamiento. Bolsa cerrada 72 h si no hay agua caliente

Aspirar colchones y tapicerías. Las superficies duras no requieren tratamiento especial (el ácaro no sobrevive en ellas)

Tratamiento simultáneo del grupo: La OMS recomienda que en entornos comunitarios (familias, refugios, campamentos) TODOS los contactos cercanos se traten simultáneamente, incluso si no tienen síntomas. En el caso de la sarna, el periodo de incubación es de 4-6 semanas: una persona puede estar infestada y transmitiendo durante más de un mes antes de presentar picor. Para piojos, examinar a todos los miembros del grupo y tratar a los infestados el mismo día.

Higiene de la ropa como prevención principal: El piojo del cuerpo —el verdadero peligro sanitario por transmitir tifus— se controla primariamente mediante la higiene de la ropa, no del cuerpo. La OMS documenta que el simple hecho de lavar y cambiar la ropa regularmente (cada 3-5 días con lavado a temperatura alta) previene las infestaciones de piojo corporal. En las trincheras de la Primera Guerra Mundial, las "estaciones de despiojamiento" donde los soldados se bañaban y su ropa se esterilizaba con vapor fueron la medida más eficaz contra las epidemias de tifus.

Planchado de costuras: El piojo del cuerpo deposita sus huevos en las costuras internas de la ropa,

especialmente en axilas, cintura, cuello y entrepiernas. Pasar una plancha caliente (o una piedra calentada al fuego) por las costuras interiores de la ropa mata huevos, ninfas y adultos por calor directo. Este método, utilizado por ejércitos desde el siglo XVIII, es eficaz incluso cuando no se puede lavar la ropa con agua caliente.

Exposición solar de ropa y textiles: Extender la ropa y la ropa de cama al sol directo durante 6-8 horas combina la acción germicida de la radiación UV con el calor acumulado (la superficie de tela oscura al sol directo puede alcanzar 50-60 °C). Aunque no garantiza la eliminación total de huevos en costuras profundas, reduce significativamente la carga parasitaria y es un complemento valioso cuando no se dispone de agua caliente ni plancha.

 Advertencia: Esta información es orientativa y educativa. En situaciones de emergencia real, consulte a profesionales cualificados siempre que sea posible. No ponga en riesgo su vida ni la de otros sin la formación adecuada.