Dear Parent or Guardian,

After returning from summer break, many families have spent extended time together through visits with relatives, play dates, sleepovers, and camps. This increased close contact creates ideal conditions for the spread of head lice. Each year, an estimated 6 to 12 million head lice infestations occur in the United States, most commonly among children ages 3 to 11. We are writing to help you understand how to identify head lice and what steps to take if an infestation occurs.

What are head lice?
Head lice are tiny, wingless insects that live close to the human scalp and feed on blood. Their eggs, known as nits, are tear-drop shaped and attach firmly to the hair shaft. Nits often appear yellowish or white and may resemble dandruff, but unlike dandruff, they cannot be brushed off. Nymphs, or baby lice, mature into adults within one to two weeks. Adult lice are about the size of a sesame seed and are tan to grayish-white in color. A common symptom of head lice is an itchy, inflamed scalp. In rare cases, excessive scratching may lead to skin irritation or infection.

Who is affected by head lice?
Head lice are not related to personal hygiene. In fact, they often affect children with good grooming habits. Infestations can occur at home, school, or in the community. Head lice are most commonly spread through direct head-to-head contact during activities such as play, sports, sleepovers, or camp. Less frequently, lice may spread through shared personal items that have had recent contact with an infested person, including hats, scarves, hair accessories, combs, brushes, stuffed animals, or bedding.

What to do if an infestation occurs?
If you suspect your child has head lice, contact your healthcare provider to discuss the most appropriate treatment. While over-the-counter treatments are commonly used, resistance has been reported in some cases, and prescription treatments may be necessary. Children should not be treated based on suspicion alone. You may also contact the school nurse for help with identification, guidance on treatment, and follow-up to ensure effectiveness, all while maintaining confidentiality.

As school nurses, our goal is to support your family in maintaining good health and ensuring a successful school year. Parents are encouraged to routinely check their children's hair for early detection. For additional information, including the District Lice Policy, please visit our district Health Services website.

Sincerely,

The Flemington Raritan Nurses

Estimado Padre, Madre o Tutor,

Tras las vacaciones de verano, muchas familias han pasado mucho tiempo juntas visitando a familiares, organizando encuentros para jugar, en pijamadas y participando en campamentos. Este contacto cercano crea las condiciones ideales para la propagación de los piojos. Cada año, se estima que se producen entre 6 y 12 millones de infestaciones de piojos en Estados Unidos, principalmente entre niños de 3 a 11 años. Les escribimos para ayudarles a comprender cómo identificar los piojos y qué medidas tomar en caso de una infestación.

¿Qué son los piojos?
Los piojos son insectos diminutos sin alas que viven cerca del cuero cabelludo humano y se alimentan de sangre. Sus huevos, llamados liendres, tienen forma de lágrima y se adhieren firmemente al tallo del cabello. Las liendres suelen ser de color amarillento o blanco y pueden parecerse a la caspa, pero a diferencia de esta, no se desprenden al cepillarse. Las ninfas, o piojos jóvenes, maduran hasta convertirse en adultos en una o dos semanas. Los piojos adultos tienen el tamaño de una semilla de sésamo y son de color beige a blanco grisáceo. Un síntoma común de la infestación por piojos es la picazón e inflamación del cuero cabelludo. En casos raros, rascarse en exceso puede provocar irritación o infección de la piel.

¿Quiénes se ven afectados por los piojos?
Los piojos no están relacionados con la higiene personal. De hecho, suelen afectar a niños con buenos hábitos de higiene. Las infestaciones pueden ocurrir en casa, en la escuela o en la comunidad. Los piojos se contagian con mayor frecuencia por contacto directo cabeza con cabeza durante actividades como jugar, practicar deportes, pijamadas o ir de campamento. Con menos frecuencia, los piojos pueden transmitirse a través de objetos personales compartidos que hayan estado recientemente en contacto con una persona infestada, como sombreros, bufandas, accesorios para el cabello, peines, cepillos, peluches o ropa de cama.

¿Qué hacer si se produce una infestación?
Si sospecha que su hijo tiene piojos, comuníquese con su médico para hablar sobre el tratamiento más adecuado. Si bien los tratamientos de venta libre son de uso común, se han reportado casos de resistencia, por lo que podría ser necesario un tratamiento con receta médica. No trate a los niños basándose únicamente en la sospecha. También puede comunicarse con la enfermera escolar para obtener ayuda con la identificación, orientación sobre el tratamiento y seguimiento para garantizar su eficacia, manteniendo siempre la confidencialidad.

Como enfermeras escolares, nuestro objetivo es apoyar a su familia para que mantengan una buena salud y tengan un año escolar exitoso. Se recomienda a los padres que revisen el cabello de sus hijos con regularidad para una detección temprana. Para obtener más información, incluida la política del distrito escolar sobre los piojos, por favor, visite el sitio web de los Servicios de Salud de nuestro distrito.

Atentamente,

Las Enfermeras de Flemington Raritan