

**DU KAN STOPPA
HUVUDLÖSSEN!****Avlusningsdagarna
16-18 Februari**

Dina barn kan ha löss utan att du vet om det...

Om vi undersöker barnen samtidigt, minskar risken för huvudlöss-epidemier.

Ta fram lusammen och kamma du också!

Sponsras av: www.LusFri.nu

AVLUSNINGSDAGARNA 16 -18 FEBRERO

Llegó la hora de combatir a los piojos – Saca tu peine y peina tu también!

¿Cómo hacer para obtener mejor resultado al peinar?

Desenrede bien el cabello con un cepillo o un peine y humedezca el cabello un poco para evitar la corriente estática. Peine luego con un peine sacapiojos que sea lo más estrecho posible entre sus dientes. Puede usar bálsamo en spray para facilitar el peinado. Revisar el peine después de cada peinada viendo lo que sale del pelo; es más fácil hacerlo si golpea levemente el peine contra un papel blanco o espejo.

1. Comience por dividir el cabello en dos partes iguales. Comience



peinando por la coronilla hasta llegar a la nuca

2. Divida cada sección en mechones. Peine detenidamente con



el peine sacapiojos cada mechón hasta asegurarse que está completamente limpio de liendres y/o piojos. Comenzar desde la raíz del cabello Revisar todo el cabello hasta la nuca.

3. Preste mayor atención cuando peine las zonas de detrás de la oreja y de la nuca, ya que son zonas más afectadas.



Recuerda...

Es importante eliminar las liendres (huevos) para romper el ciclo biológico del piojo. Las liendres están fuertemente adheridas al cabello y son difíciles de arrastrar. Escoge un peine que mantenga su forma y logre arrastrar las liendres del cabello!

Juntos podemos evitar epidemias de

Peinarse con liendrera: tan importante como cepillarse los dientes!

El peinarse con liendrera (peine saca piojos) es tan importante para mantenerse libre de piojos, como el cepillado diario de los dientes lo es para evitar tener caries. Ya desde la época de los vikingos, el peinarse con peines finos era parte de la rutina de higiene diaria. Se han encontrado liendreras (peines finos) en hallazgos arqueológicos, que indican la importancia de estos objetos al ser incluso llevados hasta la tumba. Desde entonces hemos perdido la costumbre de pasarnos la liendrera por el cabello, y hoy en día los piojos pueden llegar a ser un gran problema en las escuelas y guarderías.

La pregunta es, si nuestros antepasados consideraban importante el uso de liendreras cada mañana, no es hora de que retomemos la costumbre y hagamos lo mismo nuevamente? Haz como los vikingos, y da un golpe a los piojos! Incluye el peinado con liendrera como parte de tu rutina de higiene, por lo menos una vez a la semana, cada día o cada vez que te laves el cabello.

Juntos podemos combatir los piojos. Participa en Avlusningsdagarna 16-18 Febrero

Para evitar que tengamos epidemias de piojos en el colegio, queremos incentivar a los padres y representantes a participar en la campaña nacional antipiojos: **Avlusningsdagar** los días **16-18 Febrero**. Aún si tu(s) hijo/a(s) no han sido afectados todavía, existe el riesgo de contagio si no mejoramos el control y chequeo de cabezas con el uso regular de peines sacapiojos. Solo así podemos prevenir epidemias..

Lo único que tienes que hacer para participar en la campaña antipiojos, es peinar el cabello de tu(s) hijo/a(s) con un peine sacapiojos entre los días **16-18 de Febrero**. Mientras más seamos los que usemos un peine sacapiojos regularmente, mayor será el chance de evitar epidemias de pediculosis durante el semestre escolar..

Porque peinar es tan importante?

Puedes tener piojos sin aún haberlo notado, ya que hay personas que no sienten picor al comienzo. La mejor forma de descubrir el contagio y eliminarlos rápidamente, es peinar regularmente con un peine fino: peine sacapiojos. Si tienes piojos, puedes contagiar a otros. Es muy importante informar a otros padres y a la escuela si hay alguna infestación, para que



Du glömmar väl inte att borsta?

todos tengan la oportunidad de revisar y tratarse al mismo tiempo.

Cuando escojas un peine...

Peines sacapiojos son utilizados para descubrir y arrastrar piojos y liendres (huevos) del cabello. Un buen peine sacapiojos debe tener los dientes largos y muy juntos para que tenga mejor alcance y preferiblemente no deben de separarse los dientes al peinar. Pasa tu dedo sobre los dientes del peine, si se abren fácilmente será mas difícil arrastrar los piojos y sus liendres. Escoge un peine que mantenga su forma al peinar.

Si tienes piojos recomendamos tratarse y peinar diariamente hasta haber eliminado todos los piojos y liendres del cabello. Informa a tu alrededor para que todos puedan tratarse al mismo tiempo. Una vez eliminados los piojos, recomendamos el uso regular/semanal de peine para evitar futuras epidemias y reinfestacion. Saca tu peine y peina tu también!

