

**DU KAN STOPPA
HUVUDLÖSSEN!****Avlusningsdagarna
13-15 FEBRUARI**

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

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

Ta fram lusammen och kamma du också!

Sponsras av www.LusFri.nu

AVLUSNINGSDAGARNA 13 -15 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 piojos!

¡Pequeños hábitos que frenan grandes epidemias de piojos!

Los piojos son persistentes. No porque sean peligrosos, sino porque saben moverse sigilosamente. Se transmiten cuando las cabezas se acercan: en el aula, en el comedor o actividades extraescolares, durante el juego, las noches de cine o los entrenamientos. A veces se puede tener piojos sin saberlo, ya que no siempre pica cuando se está afectado. Pero hay una forma sencilla de ir un paso por delante... **el hábito inteligente: el peinado con lendrera.**

El uso regular de la lendrera (peine fino) permite detectar los piojos a tiempo, antes de que se multipliquen y se propaguen. Al igual que otras rutinas preventivas del día a día, no se trata de sospechar que hay un problema, sino de evitarlo.

Cuando el peinado con lendrera se convierte en un hábito: la infestación se detecta a tiempo, disminuye el riesgo de brotes prolongados de piojos y tanto niños como adultos se libran de picores innecesarios, preocupaciones y tratamientos.

¡Cuando muchos hacen un poco, pasan grandes cosas!

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 **13-15 Febrero**. Avlusningsdagarna se basan en una idea sencilla: cuando muchas familias peinan el mismo fin de semana, se rompe la cadena de contagio. Por eso la campaña marca la diferencia: no por grandes esfuerzos individuales, sino por la coordinación.

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 **13-15 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. El peinado con lendrera no tiene por qué ser un proyecto complicado. Al contrario, funciona mejor cuando es corto, frecuente y forma parte natural de la rutina diaria.

Muchas familias peinan en el sofá, después de la ducha o al lavar el pelo. Algunas lo convierten en un momento de “luskammingsmys” (un ratito de cuidado y calma juntos), quizá delante de un programa favorito.

Pocos minutos, pero a menudo, son mucho más eficaces que esperar.



Cuando escojas un peine...

Utiliza una lendrera para detectar y eliminar piojos vivos o muertos y liendres. Una buena lendrera debe ser muy fina y, preferiblemente, tener púas largas para alcanzar bien desde la raíz. Las púas no deberían separarse al peinar. Pasa el pulgar por las púas: si se abren con facilidad, será más difícil retirar los piojos y sus huevos. Elige una lendrera resistente, que mantenga su forma al usarla.

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!

Así que saca la lendrera... ¡y peina tú también!

