

Prevención de picaduras de mosquitos para viajeros



Los mosquitos transmiten muchos tipos de virus y parásitos que pueden causar enfermedades como el chikungunya (chikunguña), dengue, Zika y paludismo (malaria). Si va a viajar a lugares donde hay paludismo, hable con su proveedor de atención médica sobre los medicamentos disponibles para prevenir el paludismo.

Protéjase y proteja a su familia de las picaduras de mosquitos:

Evite que los mosquitos entren en su habitación de hotel o a su alojamiento

- ◆ Seleccione un hotel o alojamiento que tenga aire acondicionado o malla de tela metálica en las puertas y ventanas.
- ◆ Duerma debajo de un mosquitero si el área donde duerme está en el exterior o si las puertas y ventanas no tiene malla de tela metálica. Los mosquitos pueden vivir en el interior y picar en cualquier momento, del día o de la noche.
 - » Compre un mosquitero en su tienda local especializada en equipo para acampar o en Internet antes de viajar al extranjero.
 - » Seleccione un mosquitero recomendado por la Organización Mundial de Salud identificado como WHOPES (WHO Pesticides Evaluation Scheme) como por ejemplo Pramax*: compacto, blanco, rectangular, con 156 agujeros por pulgada cuadrada y lo suficientemente largo para poderse ajustar debajo del colchón.
 - » Los mosquiteros tratados con permetrina proporcionan mayor protección que los mosquiteros no tratados.
 - Permetrina es un insecticida que mata mosquitos y otros insectos.
 - No lave los mosquiteros ni los exponga a la luz solar. Esto inactivará el insecticida más rápido.
 - » Para obtener más información sobre los mosquiteros, consulte: www.cdc.gov/malaria/malaria_worldwide/reduction/itn.html

¡Cúbrase!

- ◆ Use camisas de manga larga y pantalones largos.
- ◆ Los mosquitos pueden picarle a través de la ropa delgada. Trate la ropa con permetrina u otro insecticida que esté registrado en la Agencia de Protección Ambiental de los EE.UU. (EPA, por sus siglas en inglés) para obtener protección adicional.



Solo use repelente de insectos registrados en la EPA

- ◆ Considere llevar un repelente de insectos.
- ◆ Siempre siga las instrucciones en la etiqueta del producto.
- ◆ Reaplíquese el repelente de insectos cada pocas horas.
 - » No se aplique repelente en la piel debajo de la ropa.
 - » Si también usa un filtro solar, aplíquese primero y luego el repelente de insectos.
- ◆ Para más información, visite: www2.epa.gov/insect-repellents

Repelentes de insectos naturales no registrados en la EPA

- ◆ La EPA no ha evaluado la eficacia de los repelentes de insectos naturales más comunes en los Estados Unidos.
 - » Algunos ejemplos de ingredientes usados en repelentes de insectos que no han sido registrados incluyen aceite de citronela, aceite de cedro, aceite de geranio, aceite de menta, aceite de eucalipto limón puro o aceite de soja.
 - » **Los CDC recomiendan que utilice un repelente de insectos que contenga un ingrediente activo que se haya comprobado que es seguro y eficaz.**



Use un repelente de insectos con uno de los siguientes ingredientes activos:

Ingrediente activo

Los porcentajes más altos de ingredientes activos ofrecen una protección más prolongada



Algunos ejemplos de marcas comerciales*

(En el extranjero los repelentes de insectos pueden ser vendidos bajo diferentes nombres comerciales.)

DEET

Picaridina, también conocido como **KBR 3023**, **Bayrepel**, e **icaridina**

Aceite de eucalipto limón (OLE) o **para-metano-diol (PMD)**

IR3535



Off!, Cutter, Sawyer, Ultrathon

Skin So Soft Bug Guard Plus, Autan (fuera de los Estados Unidos)

Repel

Skin So Soft Bug Guard Plus Expedition, Skin Smart

Si viaja con un bebé o un niño:



- ◆ Siempre siga las instrucciones del producto al aplicar repelente de insectos a los niños.
- ◆ **No utilice** repelente de insectos en bebés menores de dos meses.
- ◆ Mejor, vista a su bebé o niño pequeño con ropa que le cubra los brazos y las piernas, o cubra la cuna, el coche y el portabebés con un mosquitero.
 - » Adultos: Rocíen el repelente de insectos en sus manos y luego aplíquelo en la cara del niño. No apliquen repelente de insectos en las manos, la boca o la piel irritada o cortada de un niño.

Trate la ropa y el equipo



- ◆ Use permetrina para tratar la ropa y el equipo (como botas, pantalones, calcetines y tiendas de campaña) o compre ropa y equipo ya tratados con permetrina. Lea la información del producto para saber cuánto tiempo durará la protección.
- ◆ Si usted va a aplicar el tratamiento, siga las instrucciones del producto.
- ◆ **No** use productos con permetrina directamente sobre la piel.

* El uso de las marcas comerciales de repelentes de insectos se ofrecen para proveer información sobre el producto; no implica respaldo de estos productos por parte de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades ni del Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos.