

# Prevención de picaduras de mosquitos para viajeros

Los mosquitos transmiten muchos tipos de virus y parásitos que pueden causar enfermedades como el 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 tienen 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 la 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.
    - La 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: [http://www.cdc.gov/malaria/malaria\\_worldwide/reduction/itn.htm](http://www.cdc.gov/malaria/malaria_worldwide/reduction/itn.htm)



### ¡Cúbrase!

- ◆ Use camisas de manga larga y pantalones largos.
- ◆ Los mosquitos pueden picarlo 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 repelentes de insectos registrados en la EPA

- ◆ Cuando se usan de acuerdo con las instrucciones, se ha comprobado que los repelentes de insectos registrados en la EPA son seguros y eficaces, aun para las mujeres embarazadas y las que están amamantando.
- ◆ Considere llevar un repelente de insectos.
- ◆ Siempre siga las instrucciones en la etiqueta del producto.
- ◆ Vuelva a aplicar el repelente de insectos según las instrucciones.
  - » 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.
- ◆ Se desconoce la eficacia de los repelentes de insectos no registrados en la EPA, incluyendo la de algunos repelentes naturales.
- ◆ Para protegerse contra enfermedades como chikunguña, dengue y zika, los CDC y la EPA recomiendan usar un repelente de insectos registrado en la EPA.
- ◆ Solo se ha comprobado la eficacia de los repelentes de insectos registrados en la EPA.
- ◆ Para más información, visite: [www2.epa.gov/insect-repellents](http://www2.epa.gov/insect-repellents)



## 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 de limón (OLE) o para-mentano-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, SkinSmart

### 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 aplíqueno en la cara del niño. No apliquen repelente de insectos en las manos, los ojos, la boca o la piel irritada o cortada de un niño.
- ◆ **No use** productos que contengan aceite de eucalipto de limón (OLE) o para-mentano-diol (PMD) en niños menores de 3 años.

### 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 es solo para proveer información sobre el producto; no implica respaldo a 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.