

Cómo protegerse contra las picaduras de mosquitos



El virus del Zika se disemina entre personas principalmente a través de la picadura de un mosquito infectado. Los mosquitos que transmiten el virus del Zika pican principalmente durante el día, pero también lo hacen de noche. La mejor forma de prevenir el zika es protegerse de las picaduras de mosquitos.

Use repelente de insectos

Use [repelentes de insectos, certificados por la Agencia de Protección Ambiental \(EPA](#), por sus siglas en inglés) que contengan uno de los siguientes ingredientes activos: DEET, picaridina, IR3535, aceite de eucalipto de limón o para-mentano-diol.

- ♦ Se ha demostrado que estos repelentes de insectos son eficaces y seguros, incluso para mujeres embarazadas y en período de lactancia, si se utilizan siguiendo las indicaciones.
- ♦ Aplique el repelente de insectos en más de una ocasión, según las indicaciones.
- ♦ No rocíe el repelente sobre la piel que se encuentra cubierta por la ropa.
- ♦ Si también usa protector solar, aplíquelo antes del repelente de insectos.
- ♦ Se desconoce la eficacia de los repelentes de insectos que no están certificados por la EPA, incluidos algunos repelentes naturales.



Si tiene un bebé o un niño

- ♦ No aplique repelentes de insectos a bebés menores de 2 meses.
- ♦ No aplique productos que contengan aceite de eucalipto de limón o para-mentano-diol a niños menores de 3 años.
- ♦ Vista a su hijo con ropa que cubra sus brazos y piernas.
- ♦ Cubra la cuna, el cochecito y el portabebés con un mosquitero.
- ♦ No aplique repelente de insectos en las manos, los ojos, la boca, la piel irritada ni en la piel lastimada de su niño.
 - » Adultos: Rocíe el repelente de insectos en sus manos y luego páselas por el rostro del niño.



Guía de repelentes de insectos

Ingrediente activo Cuanto más alto el porcentaje del ingrediente activo, mayor la protección	Ejemplos de nombres comerciales*
DEET	Off!, Cutter, Sawyer, Ultrathon
Picaridina, también conocida como KBR 3023, Bayrepel, e icaridina	Cutter Advanced, Skin So Soft Bug Guard Plus, Autan (fuera de los Estados Unidos)
Aceite de eucalipto de limón (OLE, por sus siglas en inglés) o para-mentano-diol (PMD)	Repel
IR3535	Skin So Soft Bug Guard Plus Expedition, SkinSmart

*Los nombres comerciales de repelentes de insectos son solo a título informativo. Los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades y el Departamento de Salud y Servicios Humanos de los EE. UU. no pueden recomendar ni avalar ningún producto de marca reconocida.



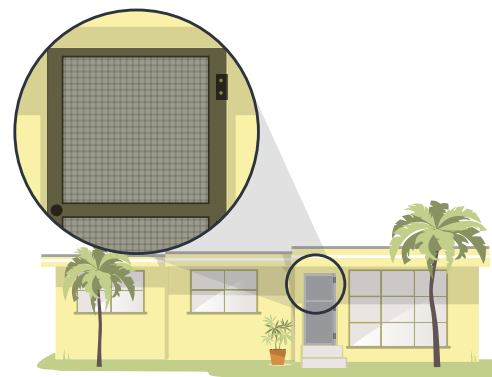
Controle los mosquitos que pueda haber fuera de su casa

- ♦ Una vez por semana vacíe y limpie, voltee, tape o deseche los artículos que contengan agua, como neumáticos, cubos y jardineras.
- ♦ Tape herméticamente los recipientes en los que guarda agua (cubos, cisternas, barriles para recolectar agua).
- ♦ En el caso de los recipientes sin tapas, utilice una malla metálica con orificios por los que no pase un mosquito adulto.
- ♦ Use larvicidas para los recipientes grandes con agua que no se utiliza para beber y que no se puedan cubrir o desechar.
- ♦ Use un insecticida en aerosol donde habitan los mosquitos, como áreas oscuras y húmedas, y bajo los muebles del patio, o debajo del aparcamiento techado o en el garaje. Siga siempre las instrucciones de la etiqueta al usar insecticidas.
- ♦ Si tiene un pozo séptico, repare las grietas y los huecos. Cubra los respiraderos o las tuberías de plomería. Use una malla metálica con orificios por los que no pase un mosquito adulto.



Controle los mosquitos que pueda haber dentro de su casa

- ♦ Mantenga las ventanas y puertas cerradas y use aire acondicionado siempre que sea posible.
- ♦ Use, instale o repare las mallas mosquiteras en ventanas y puertas.
- ♦ **Una vez por semana** vacíe o deseche cualquier artículo que contenga agua, como floreros y platos de jardineras.
- ♦ Use un insecticida para interiores * para matar mosquitos y tratar las áreas en las que se instalan. Estos productos actúan de inmediato, pero es posible que deban aplicarse varias veces. Siga siempre las instrucciones que aparecen en la etiqueta del producto. Los mosquitos no se eliminan únicamente a través del uso de insecticidas.
- ♦ Duerma bajo un mosquitero, si lo hace a la intemperie o en una habitación que no esté bien protegida.
 - » Use un mosquitero aprobado por El esquema de evaluación de pesticidas de la OMS (WHOPES, siglas en inglés) como Pramax*: compacto, blanco, rectangular, con 156 orificios por pulgada cuadrada y lo suficientemente largo para ajustarlo bajo el colchón.



Productos que puede preparar usted mismo

Producto	Ingrediente activo	Ejemplos de nombres comerciales**	Cuánto tiempo es efectivo
Repelente de insectos en aerosol para interiores	Imidacloprid, β -ciflutrina	Home Pest Insect Killer, Raid, Ortho, HotShot, EcoLogic	7-10 días
Nebulizador para insectos voladores de uso en interiores	Tetrametrina, cipermetrina	Hot Shot, Raid, Real Kill, Spectracide	Hasta 6 semanas

** Los nombres comerciales de los insecticidas solo se ofrecen a título informativo. Los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades y el Departamento de Salud y Servicios Humanos de los EE. UU. no pueden recomendar ni avalar ningún producto por su nombre comercial.