

# CÓMO PROTEGERSE DE LAS PICADAS DE MOSQUITOS



El virus del Zika se propaga a las personas principalmente a través de la picada de un mosquito infectado. Los mosquitos que propagan el virus del Zika pican principalmente durante el día, pero también pueden picar por la noche. La mejor forma de prevenir el zika es protegiéndose de las picadas de mosquitos.

## Use repelente de insectos

Use repelentes de insectos aprobados 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, o 2-undecanona. Siempre siga las instrucciones en la etiqueta del producto.



- Si se usan según las indicaciones, los repelentes de insectos autorizados por la EPA son eficaces y seguros, incluso en mujeres embarazadas o lactantes.
- Vuelva a aplicar el repelente de insectos según las instrucciones.
- No aplique repelentes en la piel debajo de la ropa.
- Si también usa bloqueador solar, aplíquelo antes del repelente de insectos.
- No se conoce la efectividad de los repelentes de insectos que no han sido aprobados por la EPA, incluyendo algunos repelentes naturales.

## Si tiene un bebé o un niño

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



## Ingrediente activo

Mientras más altos son los porcentajes de los ingredientes activos, más dura la protección que brindan.

DEET

Picaridina (conocida como KBR 3023 e icaridina fuera de EE. UU.)

IR3535

Aceite de eucalipto de limón (OLE, por sus siglas en inglés) o para-mentano-diol (PMD)

2-undecanona



Use la **herramienta de búsqueda de la EPA\*** para encontrar el repelente de insectos más adecuado para usted.

\* La herramienta de búsqueda de la EPA está disponible en: [www.epa.gov/insect-repellents/find-insect-repellent-right-you](http://www.epa.gov/insect-repellents/find-insect-repellent-right-you)

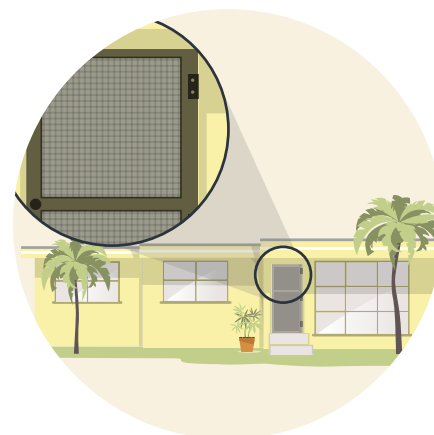
## Cómo controlar los mosquitos fuera de su casa



- **Una vez a la semana**, vacíe y limpie, voltee, tape o deseche los artículos donde se deposite agua, como gomas de carro, cubos y tiestos.
- Tape bien los recipientes en los que se almacena agua (cubos, barriles de lluvia, etc.).
- En el caso de contenedores sin tapa, use tela metálica a través de la cual un mosquito adulto no pueda pasar.
- Use larvicidas para tratar contenedores grandes de agua que no se utilizará para beber y que no se pueda cubrir o desechar.
- Aplique un spray insecticida contra insectos voladores para uso en exteriores en áreas oscuras y húmedas donde los mosquitos descansan, como debajo de los muebles de patio o en marquesinas o garajes. Siga las instrucciones de la etiqueta del producto siempre que use insecticidas.
- Si tiene pozo séptico, repare las grietas o roturas. Use malla metálica con agujeros pequeños a través de los cuales no pueda pasar un mosquito adulto para tapar las tuberías de ventilación o plomería.

## Para controlar los mosquitos dentro de su casa

- Mantenga las ventanas y puertas cerradas y use aire acondicionado siempre que sea posible.
- Use, instale o repare los escrines en puertas y ventanas.
- **Una vez a la semana**, vacíe o deseche cualquier artículo donde se acumule agua, como floreros y bases de tiestos.
- Use un nebulizador\* o un spray insecticida\* para interiores para matar mosquitos y tratar las áreas en las que descansan. Estos productos hacen efecto inmediatamente, pero es posible que se tengan que aplicar de nuevo. Siempre siga las instrucciones de la etiqueta.
- Con solo utilizar insecticidas no será suficiente para mantener su casa libre de mosquitos.
- Duerma con mosquitero si está al aire libre o en un cuarto sin escrines.
  - » Escoja un mosquitero aprobado por el Plan de Evaluación de Pesticidas de la OMS (WHOPES, por sus siglas en inglés) (como Pramax\*): compacto, blanco, rectangular, con 156 rotos por pulgada cuadrada y de un largo suficiente para pincharlo debajo del colchón (mattress).



## Productos “Hazlo Tú Mismo”

| Producto  | Ingrediente activo                 | Ejemplos de marcas**                                    | Duración        |
|---|------------------------------------|---|-----------------|
| Espray para interiores contra insectos voladores  | Imidacloprida, $\beta$ -ciflutrina | Home Pest Insect Killer, Raid, Ortho, HotShot, EcoLogic | 7-10 días       |
| Nebulizador de interiores para insectos voladores | Tetrametrina, cipermetrina         | Hot Shot, Raid, Real Kill, Spectracide                  | Hasta 6 semanas |

\*\*Las marcas de insecticida se ofrecen como referencia solamente. Los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades y el Departamento de Salud y Servicios Humanos de Estados Unidos no pueden recomendar ni respaldar ninguna marca de productos.