



PDF generado el 29 de marzo del 2006

Los contenidos de este documento solo pueden ser utilizados bajo los principios de las Advertencias de uso que puede encontrar en www.vacunasaep.org/advertencias.htm

Protección frente a picaduras de insectos

Dr. Pablo Mola Caballero de Rodas

Centro de Salud de Luarca

Aunque existen vacunas efectivas frente a diversas enfermedades que pueden afectar a los viajeros como la fiebre amarilla o la encefalitis japonesa y medicación profiláctica frente a otras como el paludismo, una de las medidas de prevención de mayor importancia en los viajeros consiste en intentar evitar la picadura de los insectos y artrópodos que transmiten dichas enfermedades.

Medidas generales

Muchos insectos y artrópodos vectores de enfermedades infecciosas desarrollan su actividad al principio o al final del día o durante la noche. Es, por tanto, conveniente evitar las actividades al aire libre en estas horas del día.

Aunque muchos de los insectos y artrópodos vectores se localizan en zonas rurales, el riesgo no se limita a las mismas, pudiendo producirse la transmisión de determinadas enfermedades en las zonas urbanas.

Existen determinadas enfermedades con una clara estacionalidad. El riesgo de padecer las mismas se minimiza o elimina modificando el momento del año en que se realiza el viaje

Conviene vestir ropa adecuada para evitar las picaduras. El uso de pantalones largos, zapato adecuado y camisas o camisetas de manga larga protegerán frente a la picadura de algunos insectos.

El grosor del material es fundamental ya que algunos insectos vectores son capaces de picar a través de telas de algodón finas.

No se debe dejar ninguna zona de piel expuesta a menos que sea tratada con un repelente.

En zonas infectadas por garrapatas y pulgas deben protegerse los pies con calzado apropiado y metiendo los pantalones en los calcetines.

Los repelentes de insectos (permetrin o etofenprox) aplicados sobre la ropa aumentan la eficacia de estas medidas y su duración de acción es mayor que cuando se aplican sobre la piel. Conviene seguir las indicaciones del fabricante ya que los repelentes pueden estropear algunos tejidos

Las ropas de colores vivos atraen a los insectos por lo que conviene evitarlas.

Cuando se ha realizado alguna actividad en una zona donde es posible la presencia de insectos o artrópodos vectores, es conveniente sacudir enérgicamente la ropa y revisar el calzado.

Los alojamientos con aire acondicionado disminuyen el riesgo de picaduras de insectos.

En alojamientos donde no hay aire acondicionado, procurar que las ventanas estén protegidas por malla metálica. En caso contrario, se recomienda cerrar puertas y ventanas por la noche.

Es aconsejable que las camas y cunas estén protegidas por redes mosquiteras. La efectividad de esta medida aumenta en caso de impregnar esta tela de algún repelente de insectos.

Las redes deben ser fuertes y con una malla de tamaño no superior a 1,5 mm. Deben colocarse asegurándose que no queda ningún insecto en su interior y ajustando bien los bordes por debajo del colchón.

Existen redes mosquiteras especiales para cunas que permiten proteger a los bebés mientras duermen. Esta medida está especialmente indicada en menores de 2 meses en los que puede no estar indicado el uso de repelentes de insectos. Así mismo, podemos colocar una tela mosquitera en el cochecito de estos niños pequeños procurando que los bordes de la misma estén bien ajustados.

El uso de insecticidas en los dormitorios disminuye la presencia de insectos en los mismos. Sin embargo, el efecto de los insecticidas es pasajero.

Existen difusores de insecticida de varias horas o días de duración. Estos difusores pueden ser eléctricos o no (espirales contra mosquitos) y habitualmente están impregnados de un derivado piretrínico

En zonas donde existe riesgo de esquistosomiasis, se debe evitar el contacto con agua dulce, como lagos, zonas de regadíos, acequias, arroyos y ríos de corriente lenta. Si el contacto con el agua es inevitable (por ejemplo técnicos de regadío), se recomienda usar botas de protección para evitar el contacto.

Repelentes de insectos

Los repelentes de insectos son sustancias que se aplican en las zonas de piel expuesta o a las prendas de vestir para evitar el contacto humano/vector.

El ingrediente activo de un repelente, repele pero no mata a los insectos.

Los repelentes más efectivos y de acción más duradera son el DEET (N,N-dietil-m-toluamida), el Icaridin-Propidina (ácido 1-piperidincarboxílico, 2-(2-hidroxiethyl)-, 1-metilpropilester) y el IR3535 (N-butil-N-acetil-3-etilaminopropionato).

Los repelentes de insectos deben aplicarse sobre toda la piel no cubierta por la ropa evitando el contacto con mucosas (ojos y boca), heridas, piel quemada o pliegues profundos.

Para aplicar el repelente en la cara, es conveniente ponerlo sobre las manos y frotar la cara con el mismo. Debe procederse a lavarse las manos tras la aplicación del repelente.

En ningún caso debe dejarse que los niños pequeños se apliquen el repelente ellos mismos.

La frecuencia de su uso dependerá de la posibilidad de sufrir picaduras de insectos y de la duración del efecto de cada producto, por lo que se deberá leer atentamente las indicaciones del fabricante.

DEET

Es el repelente de insectos de mayor potencia y de efectos más duraderos. Ofrece protección frente a mosquitos, algunas moscas y algunos artrópodos.

Es seguro y está permitido su uso en niños mayores de 2 años y en mujeres embarazadas aunque se recomienda no superar concentraciones del 10% ya que no existen suficientes estudios que avalen su uso a concentraciones mayores en estos grupos de población.

Puede irritar las mucosas (ojos, boca) por lo que debe evitarse el contacto con el producto.

Es tóxico cuando se ingiere por lo que, en ningún caso, debe permitirse a los niños que se apliquen el producto ellos mismos.

Icaridin - Propidina

Autorizado en Europa donde es el repelente de insectos más frecuentemente empleado.

Es activo frente a un amplio número de insectos y artrópodos aunque parece que es algo menos efectivo y con duración inferior al DEET.

Su presentación cosmética es más agradable que la del DEET.

Puede usarse en niños y mujeres embarazadas.

IR3535®

Comercializado en todo el mundo, su eficacia es elevada (similar al Icaridin).

La duración de acción depende, entre otros, de la concentración del producto

Efectivo frente a la mayoría de insectos y artrópodos vectores

Puede usarse en mujeres embarazadas y en niños

Permetrina

Insecticida ampliamente usado para el tratamiento de algunas enfermedades parasitarias, su uso como repelente está limitado a su aplicación sobre las prendas de vestir, calzado y ropa de cama.

El efecto protector dura varios lavados (hasta cinco según los productos).

Cuando se usa sobre telas mosquiteras y estas no son lavadas, su efecto protector puede durar varios meses

Aceite de citronella

El aceite de citronella es efectivo como repelente de insectos pero la duración de acción es muy corta (10 a 20 minutos tras la aplicación) por lo que resulta poco adecuado.

Principales vectores y enfermedades que transmiten

Vector	Principales enfermedades transmitidas
Caracol acuático	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Esquistosomiasis (Bilharziasis)
Se localiza en agua dulce en proyectos de irrigación, acequias, embalses y ríos	
Mosca negra	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Oncocerciasis (Ceguera de río)
Pica durante el día. Localizada en los alrededores de ríos y arroyos limpios (hasta 10 km)	
Pulga	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Peste
Pican en cualquier momento del día. Más en zonas cálidas y húmedas y zonas con baja higiene y mala red de saneamiento	
Mosquitos: Aedes	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Fiebre del Dengue ▪ Fiebre del Valle del Rift ▪ Fiebre Amarilla
Localizado en zonas rurales habitadas por monos o zonas urbanas con reservorios de aguas residuales. El mosquito pica durante el día	
Mosquitos: Anopheles	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Filariasis linfática ▪ Paludismo
Localizado en zonas cercanas (1 a 2 Km.) de criaderos adecuados que un incluyen remansos de agua limpia. El mosquito pica de noche	
Mosquitos: Culex	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Encefalitis japonesa ▪ Filariasis linfática ▪ Fiebre del Nilo Oeste
Localizado en arrozales y otras zonas húmedas. El mosquito pica de noche	
Flebotomos hembras	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Leishmaniasis ▪ Fiebre por flebotomos
Ampliamente distribuido en zonas rurales. El insecto pica a cualquier hora del día, especialmente al atardecer y primeras horas del día	
Chinche triatoma	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Tripanosomiasis americana (Enfermedad de Chagas)
Zonas rurales y urbanas, incluidas las viviendas. Pica preferentemente de noche	
Mosca tse-tse	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Tripanosomiasis americana (Enfermedad del sueño)
Bosques de las sabanas y vegetación ribereña del sub-Sáhara. La mosca pica durante el día	
Basándose en extensas investigaciones, no existe absolutamente ninguna evidencia de que la infección por VIH pueda ser transmitida por insectos	