

Repelentes de insectos: Lo que los padres deben saber

Un modo de proteger a su hijo de las picaduras de insectos es usar repelentes de insectos. Sin embargo, es importante usar los repelentes de insectos de modo seguro y correcto.

Las picaduras de mosquitos, moscas y garrapatas pueden hacer pasar un mal rato a los niños. Aunque la mayoría de los niños solo presenta reacciones leves a las picaduras de insectos, algunos pueden enfermarse gravemente. Algunos insectos transmiten gérmenes peligrosos como el virus del Nilo Occidental, el Zika, las bacterias de la enfermedad de Lyme y las bacterias de la fiebre maculosa de las Montañas Rocosas.

Continúe leyendo más información de la American Academy of Pediatrics (AAP) sobre los tipos de repelentes de insectos, su uso seguro y otros modos de proteger a su hijo de las picaduras de insectos. Lea también sobre las enfermedades propagadas por insectos.

Acerca de los repelentes de insectos

Los repelentes de insectos previenen las picaduras de los insectos que pican pero no de los insectos con aguijón. Los insectos que pican incluyen mosquitos, garrapatas, pulgas, niguas y moscas. Los insectos con aguijón incluyen abejas, avispones y avispas.

Los repelentes de insectos vienen en muchas formas, que incluyen aerosoles, atomizadores, líquidos, cremas y barras. Algunos están elaborados con sustancias químicas como DEET, picaridina, IR3535 y permectrina. Otros están elaborados a partir de ingredientes naturales como aceite de eucalipto limón.

Estas son algunas cosas a recordar.

- Use siempre un repelente de insectos registrado por la Agencia de Protección Ambiental de Estados Unidos (*Environmental Protection Agency*, EPA). Para obtener más información, entre en el sitio web de la EPA de los EE. UU.: www.epa.gov/insect-repellents.
- Siga siempre las instrucciones.
- Los repelentes con un contenido de entre 20 y 30 % de DEET son seguros y eficaces cuando se usan en bebés y niños conforme a las instrucciones.
- Si usa repelentes que contengan aceite de eucalipto limón, los Centros para el Control y la Prevención de las Enfermedades (*Centers for Disease Control and Prevention*, CDC) y la AAP recomiendan que no los use en niños menores de 3 años. El aceite de eucalipto limón puede causar reacciones alérgicas en la piel.
- Los repelentes con permectrina se pueden usar para tratar ropa y otros equipos, pero no deben aplicarse sobre la piel.
- Los siguientes tipos de productos ofrecen una protección mínima, o ninguna protección:
 - Brazaletes que contienen repelentes químicos.
 - Ajo o vitamina B₁ tomados por boca.
 - Dispositivos ultrasónicos que emiten ondas sonoras diseñados para alejar a los insectos.
 - Las casas para pájaros o murciélagos.
 - Dispositivos para el jardín que "electrocutan" insectos, que podrían atraer a los insectos a su jardín.
 - Aceites esenciales (de cedro, canela, citronela, clavo, geranio, hierbalimón/limoncillo, etc.), salvo el de eucalipto limón.

Recomendaciones para el uso seguro de repelentes

- Lea la etiqueta y siga todas las instrucciones y precauciones.
- Aplique el repelente de insectos solo en la parte de afuera de la ropa de su hijo y en la piel que queda expuesta. Nunca rocíe el

repelente de insectos directamente sobre la cara de su hijo. En cambio, rocíe un poco en sus manos y luego aplíquelo en la cara de su hijo. Evite las áreas de los ojos y la boca del niño. (La permectrina no debe aplicarse sobre la piel).

- No rocíe repelente de insectos sobre cortaduras, heridas o piel irritada.
- Use solo la cantidad de repelente necesaria para cubrir la ropa de su hijo y la piel que queda expuesta.
- Evite volver a aplicar repelente salvo que sea necesario. El uso de una mayor cantidad de repelente no lo hace más efectivo.
- Los repelentes en aerosol deben usarse al aire libre para evitar inhalarlos.
- A los niños pequeños hay que aplicarles el repelente de insectos. Supervise a los niños mayores cuando usen estos productos.
- Lave la piel de su hijo con agua y jabón para quitarle el repelente que le haya quedado cuando regrese al interior de la casa, y lave su ropa antes de que la vuelva a usar.
- No use productos con DEET combinados con protector solar. El DEET puede hacer que el factor de protección solar (SPF) sea menos eficaz. Estos productos pueden hacer que se le aplique demasiado DEET al niño porque el protector solar debe volver a aplicarse con frecuencia.

Reacciones a repelentes de insectos

Si sospecha que su hijo está teniendo una reacción, como una erupción, a un repelente de insectos, suspenda el uso del producto y lave la piel de su hijo con agua y jabón. Después llame a la Línea de Ayuda en Caso de Envenenamiento (*Poison Help*) al 1-800-222-1222 o al médico de su hijo. Si acude al consultorio del médico de su hijo, lleve el envase del repelente.

Otras formas de proteger a su hijo de las picaduras de insectos

Estas son formas de ayudar a reducir las picaduras de insectos.

- Diga a su hijo que evite los lugares que atraen insectos voladores, como botes de basura, aguas estancadas y canteros o huertos.
- Cuando sepa que su hijo va a estar expuesto a insectos, vístalo de pies a cabeza con ropa de colores claros: pantalones largos, camisa liviana de mangas largas, calcetines y zapatos cerrados. Un sombrero de ala ancha puede ayudar a mantener alejados a los insectos de la cara del niño. En las zonas en las que su bebé pueda estar expuesto a los insectos, puede colocar una red para mosquitos encima del cochecito o canastilla.
- No use con su hijo jabones aromatizados, perfumes o aerosoles para el pelo, ya que pueden atraer insectos.
- Mantenga en buen estado los mosquiteros de puertas y ventanas.
- Si vive en una zona en la que hay garrapatas y su hijo ha estado jugando al aire libre, revise la piel del niño al final del día.

Enfermedades transmitidas por insectos y garrapatas

Las enfermedades infecciosas transmitidas por insectos son una causa importante de enfermedades de niños y adultos a nivel mundial. Estas son 4 enfermedades transmitidas por insectos.

El virus del Nilo Occidental es transmitido por mosquitos.

En los Estados Unidos, el virus del Nilo Occidental y los brotes de diversos tipos de encefalitis reciben una gran cobertura periodística.

Síntomas

- La mayoría de los casos de infecciones por virus del Nilo Occidental son leves. Las personas pueden no tener síntomas o tener síntomas leves como fiebre, dolor de cabeza y dolores corporales.
- Los síntomas menos comunes y que ocurren principalmente en adultos mayores pueden incluir dolor de cabeza intenso, fiebre alta, rigidez del cuello, confusión, convulsiones, sensibilidad a la luz, debilidad muscular y pérdida del conocimiento.

El virus del Zika es transmitido principalmente por mosquitos.

La infección por el virus del Zika durante el embarazo puede provocar un defecto congénito en el cerebro del feto, llamado *microcefalia*. En la actualidad hay brotes del virus del Zika en muchos países y territorios. Para obtener información actualizada sobre el virus y los brotes, entre en www.cdc.gov/zika.

Síntomas

- Muchas personas no tendrán síntomas o tendrán solo síntomas leves.
- Los síntomas pueden incluir fiebre, sarpullido, dolor articular u ojos rojos.

La enfermedad de Lyme es transmitida por las garrapatas del venado.

Estas garrapatas son arácnidos diminutos de color entre negro y castaño aproximadamente del tamaño de una semilla de amapola. No son insectos porque tienen 8 patas (como las arañas). La enfermedad de Lyme es un problema de salud importante en algunas regiones del país; las áreas donde ocurren más infecciones son las siguientes: el noreste, desde Virginia hasta Maine, los estados de la zona centro-norte, sobre todo Wisconsin y Minnesota, y la costa oeste, en particular al norte de California.

Síntomas

A menudo, el primer síntoma y el más evidente de la enfermedad de Lyme es un sarpullido localizado que comienza como un círculo rosado o rojo en el sitio donde se prendió la garrapata. Este círculo se va agrandando con el tiempo y puede llegar a tener varias pulgadas de diámetro o más. En algunas personas se observa un aspecto de diana clásica, con anillos concéntricos. El sarpullido suele aparecer de 1 a 2 semanas después de la picadura de garrapata, pero el tiempo varía entre 3 y 30 días.

Puede aparecer un sarpullido sin ningún otro síntoma o puede estar asociado con:

- Dolor de cabeza.
- Escalofríos.
- Fiebre.
- Fatiga.
- Ganglios inflamados, por lo general en el cuello o en las ingles.
- Dolor en los músculos o las articulaciones.

Si vive en un área del país donde la enfermedad de Lyme es endémica y su hijo presenta un sarpullido sospechoso, con o sin alguno de los síntomas mencionados, llame al médico del niño.

La fiebre maculosa de las Montañas Rocosas es transmitida por garrapatas.

A pesar de su nombre, la fiebre maculosa de las Montañas Rocosas suele ocurrir en la actualidad en otras regiones de los Estados Unidos, como Carolina del Norte y del Sur, Oklahoma y Tennessee.

Síntomas

- La mayoría de las personas presentan una erupción enrojecida de aspecto puntiforme que empieza en las muñecas y en los tobillos y se extiende hacia el centro del cuerpo. Para algunas personas, la enfermedad puede ser grave o mortal.
- Entre otros síntomas pueden incluirse dolor de cabeza intenso, fiebre, dolores musculares, náuseas o vómitos.

Si a su hijo lo picó un insecto y muestra cualquiera de los síntomas anteriores del virus del Nilo Occidental, el virus del Zika, la enfermedad de Lyme o la fiebre maculosa de las Montañas Rocosas, llame al médico del niño.

Recuerde

A los niños les encanta y necesitan estar al aire libre. La probabilidad de que sus hijos contraigan una infección por insectos y garrapatas es bastante baja. La mejor manera de protegerse y proteger a sus hijos es seguir las pautas de esta publicación. Si tiene alguna inquietud acerca de las picaduras de insectos o garrapatas, hable con el médico de su hijo.

De parte de su médico



American Academy of Pediatrics

DEDICATED TO THE HEALTH OF ALL CHILDREN®



healthychildren.org

Powered by pediatricians. Trusted by parents.
from the American Academy of Pediatrics

La American Academy of Pediatrics (AAP) es una organización formada por 67.000 pediatras generales, especialistas pediátricos y especialistas en cirugía pediátrica dedicados a la salud, la seguridad y el bienestar de todos los bebés, niños, adolescentes y adultos jóvenes.

La información incluida en esta publicación no debería reemplazar la atención médica ni el consejo de su pediatra. Puede que haya variaciones en el tratamiento que le recomiende su pediatra basándose en los hechos y circunstancias individuales. Los sitios web, las marcas, los productos y los fabricantes se mencionan solo a efectos informativos y de identificación y su mención no implica el respaldo de la American Academy of Pediatrics (AAP). La AAP no se responsabiliza por el contenido de los recursos externos. Al momento de la publicación, la información estaba vigente.

Translation of *Insect Repellents: What Parents Need to Know*

© 2019 American Academy of Pediatrics. Todos los derechos reservados.