

Guía para padres sobre repelentes de insectos



(A Parent's Guide to Insect Repellents)

Las picaduras de mosquitos, moscas y garrapatas pueden hacerle pasar un mal rato a sus hijos. 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, las bacterias de la enfermedad de Lyme y las bacterias de la fiebre maculosa de las Montañas Rocosas.

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.

Continúe leyendo para saber más sobre los tipos de repelentes, el DEET, el uso seguro de los repelentes, y otros modos de proteger a su hijo de las picaduras de insectos, de acuerdo con la American Academy of Pediatrics (AAP). Lea también sobre el virus del Nilo Occidental, la enfermedad de Lyme y la fiebre maculosa de las Montañas Rocosas.

Típos de repelentes

Los repelentes de insectos vienen en muchas formas, que incluyen aerosoles, atomizadores, líquidos, cremas y barras. Algunos están fabricados con productos químicos y otros contienen ingredientes naturales. (Vea "Repelentes disponibles").

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.

NOTA: Los siguientes tipos de repelentes no son efectivos:

- *Brazaletes que contienen repelentes químicos.*
- *El ajo o la vitamina B1 tomados por boca.*
- *Los 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 (de hecho, pueden atraer insectos a su jardín).*

Acerca del DEET

El DEET es un producto químico usado en los repelentes de insectos. La cantidad de DEET que contienen los repelentes de insectos varía de un producto a otro, por lo que es importante que lea la etiqueta de cualquier producto que use. La cantidad de DEET puede variar de menos del 10% a más del 30%. Una cantidad de DEET superior al 30% no ofrece ninguna protección adicional.

Los estudios demuestran que los productos con una concentración más alta de DEET ofrecen una protección más duradera. Por ejemplo, los productos con una cantidad de alrededor del 10% pueden espantar a los insectos por unas 2 horas, mientras que el efecto de los productos con una cantidad de alrededor del 24% dura un promedio de 5 horas. Sin embargo, los estudios

también demuestran que los productos con una cantidad de DEET superior al 30% no ofrecen ninguna protección adicional.

La AAP recomienda que los repelentes que se usan en niños no deben contener más de un 30% de DEET. Tampoco se recomiendan los repelentes de insectos para los niños menores de 2 meses de edad.

Recomendaciones para el uso seguro de repelentes

LO QUE SE DEBE HACER

- 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. Nota: los productos que contienen permetrina no deben aplicarse en la piel.
- Los repelentes en atomizador deben usarse al aire libre para evitar inhalarlos.
- Use solo la cantidad de repelente necesaria para cubrir la ropa de su hijo y la piel que queda expuesta. El uso de una mayor cantidad de repelente no lo hace más efectivo. Evite volver a aplicar el repelente a menos que sea necesario.
- Ayude a los niños pequeños a aplicarse el repelente de insectos. Supervise a los niños mayores cuando usan 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.

LO QUE NO SE DEBE HACER

- Nunca aplique repelente de insectos a niños menores de 2 meses.
- 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 el contacto con los ojos y la boca.
- No rocíe repelente de insectos en cortaduras, heridas o en la piel irritada.
- No use productos que combinen DEET con protector solar. El DEET puede hacer que el factor de protección solar (SPF) sea menos efectivo. 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 al centro de control de intoxicaciones al 1-800-222-1222 o al médico de su hijo para pedir ayuda. Si acude al consultorio del médico de su hijo, lleve el envase del repelente.

Repelentes disponibles

Productos disponibles	Efectividad	Duración de la protección	Precauciones especiales
Repelentes químicos con DEET (N,N-dietil-3-metilbenzamida)	Considerados la mejor defensa contra los insectos que pican.	De 2 a 5 horas aproximadamente, según la concentración de DEET del producto.	Hay que tener cuidado al aplicar DEET en los niños (vea "Recomendaciones para el uso seguro de repelentes").
Icaridin	En abril de 2005, los Centros para el control y la prevención de enfermedades (<i>Centers for Disease Control and Prevention, CDC</i>) recomendaron otros repelentes que pueden ser tan efectivos como el DEET: los repelentes con icaridin y los repelentes que contienen aceite de eucalipto de limón o aceite de soja al 2%. En la actualidad estos productos tienen un tiempo de acción que es comparable a un 10% del tiempo del DEET aproximadamente.	De 3 a 8 horas aproximadamente, según la concentración.	Aunque estos productos se consideran seguros cuando son utilizados según las recomendaciones, no existen estudios de seguimiento a largo plazo. Además, se necesitan más estudios para determinar su efectividad para repeler a las garrapatas.
Repelentes fabricados con aceites esenciales que se encuentran en plantas como la citronela, el cedro, el eucalipto y la soja.		Por lo general, menos de 2 horas.	Las reacciones alérgicas son poco comunes, pero pueden ocurrir cuando se utilizan repelentes fabricados con aceites esenciales.
Repelentes químicos con permetrina	Estos repelentes matan a las garrapatas al contacto.	Cuando se lo aplica a la ropa, dura incluso después de varios lavados.	Solo debe aplicarse a la ropa, no directamente sobre la piel. Se puede aplicar al equipo de campamento, como bolsas de dormir o tiendas de campaña.

OTROS MODOS DE PROTEGER A SU HIJO DE LAS PICADURAS DE INSECTOS

Aunque no puede prevenir todas las picaduras de insectos, sí puede reducir el número de picaduras que su hijo reciba siguiendo estas recomendaciones.

- Dígame a su hijo que evite los lugares que atraen insectos voladores, como botes de basura, aguas estancadas y canchales o huertos.
- Cuando su hijo vaya a estar expuesto a insectos, vístalo con pantalones largos, una camisa liviana de mangas largas, calcetines y zapatos cerrados. Un sombrero de ala ancha puede ayudar a alejar los insectos de la cara. En las zonas en las que su bebé puede estar expuesto a los insectos, puede colocar una red para mosquitos encima del cochecito o canastilla.
- Evite vestir a su hijo con ropa de colores brillantes o estampados con flores, ya que estas telas parecen atraer a los insectos.
- No use con su hijo jabones aromatizados, perfumes o aerosoles para el pelo, ya que pueden atraer insectos.
- Mantenga las mallas para puertas y ventanas en buen estado.
- 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.
- Recuerde que el repelente más efectivo contra las garrapatas es la permetrina. Esta no debe ser aplicada en la piel sino en la ropa de su hijo.

Enfermedades transmitidas por insectos

Las enfermedades transmitidas por insectos son una causa importante de enfermedades de niños y adultos a nivel mundial. A continuación hay información sobre el virus del Nilo Occidental, la enfermedad de Lyme y la fiebre maculosa de las Montañas Rocosas.

Virus del Nilo Occidental. En los Estados Unidos, el virus del Nilo Occidental y los brotes de diversos tipos de encefalitis reciben una gran cobertura periodística. Estas enfermedades son transmitidas por los mosquitos a los seres humanos a través de las picaduras.

Síntomas

- La mayoría de los casos del virus del Nilo Occidental son leves, y las personas no presentan síntomas o solo tiene fiebre, dolor de cabeza y dolores en el cuerpo.
- En casos menos comunes y que ocurren principalmente en adultos mayores, el sistema nervioso se ve afectado y los síntomas pueden incluir dolor de cabeza intenso, fiebre alta, rigidez del cuello, confusión, convulsiones, sensibilidad a la luz, debilidad muscular y pérdida del conocimiento.

Enfermedad de Lyme. En algunas áreas de los Estados Unidos, la enfermedad de Lyme es un problema de salud importante. Uno de los insectos que transmiten la enfermedad es la garrapata del venado. Estas garrapatas son insectos diminutos, aproximadamente del tamaño de una semilla de amapola y de color entre negro y castaño.

Síntomas

- El primer síntoma de la enfermedad de Lyme, y el más obvio, es una erupción. Consiste en una mancha roja rodeada de un aro de color rojo claro que tiene el aspecto de un círculo de tiro al blanco y que normalmente se agranda día a día.
- Además de la erupción con aspecto de aro, algunos niños presentan síntomas adicionales como fiebre, fatiga, dolor de cabeza, dolor de músculos y articulaciones, y glándulas inflamadas.
- En ocasiones, los niños presentan un párpado y/o la comisura de los labios caídos (parálisis del nervio facial), o dolor de cabeza intenso, vómitos y rigidez del cuello (meningitis). Semanas o meses después (sin tratamiento con antibióticos), algunos niños desarrollan hinchazón de la rodilla o de otras articulaciones (artritis).

Fiebre maculosa de las Montañas Rocosas. 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. Esta infección bacteriana es transmitida por garrapatas.

Síntomas

- Fiebre
- Dolor de cabeza intenso
- Confusión
- Náuseas
- Vómitos
- Erupción: la mayoría de las personas también presenta una erupción que comienza con manchas rojas y planas que se vuelven moradas con el tiempo. La erupción comienza en los tobillos y las muñecas, se extiende a las palmas de las manos y las plantas de los pies, y luego a los brazos, las piernas y el tronco.

Si su hijo ha sido picado por un insecto y muestra cualquiera de los síntomas anteriores del virus del Nilo Occidental, la enfermedad de Lyme o la fiebre maculosa de las Montañas Rocosas, llame al médico de su hijo.

Recuerde

A los niños les encanta y necesitan estar al aire libre. Las probabilidades de que sus hijos se contagien *el virus del Nilo Occidental, la enfermedad de Lyme o la fiebre maculosa de las Montañas Rocosas* son muy bajas. El mejor modo de protegerse y proteger a sus hijos es seguir las recomendaciones de este folleto sobre el uso seguro de los repelentes, evitar las zonas donde pueda haber muchos insectos que pican y revisar su piel y la de su hijo para controlar que no haya garrapatas después de realizar actividades al aire libre. Si tiene alguna inquietud acerca de las picaduras de insectos, hable con el médico de su hijo.

La información incluida en esta publicación no debe usarse como reemplazo de la atención médica y los consejos de su pediatra. Es posible que haya variaciones en el tratamiento que su pediatra pueda recomendar de acuerdo a hechos y circunstancias individuales.

De parte de su médico

American Academy
of Pediatrics



DEDICATED TO THE HEALTH OF ALL CHILDREN™

American Academy of Pediatrics (AAP) es una organización que cuenta con 60.000 pediatras de atención primaria, subespecialistas pediátricos y especialistas en cirugía pediátrica dedicados a la salud, la seguridad y el bienestar de bebés, niños, adolescentes y adultos jóvenes.

American Academy of Pediatrics
Sitio web: www.HealthyChildren.org

Derechos de autor © 2009
American Academy of Pediatrics, Actualizado en 6/2012
Todos los derechos reservados.