

# Prevención de picaduras de mosquitos (Estados Unidos)



No todos los mosquitos son iguales. Diferentes mosquitos transmiten distintos virus y pican en diferentes momentos del día.

Tipo de mosquito	Virus que transmiten	Hábitos al picar
 <p><i>Aedes aegypti</i>, <i>Aedes albopictus</i></p>	<p>Chikungunya (chikunguña), dengue</p>	<p>Durante el día</p>
 <p><i>Culex</i></p>	<p>Virus del Nilo Occidental</p>	<p>Desde el anochecer hasta el amanecer</p>

## Protéjase y proteja a su familia de las picaduras de mosquitos

### Use repelente de insectos

Use un repelente de insectos registrado en la Agencia de Protección Ambiental de los EE. UU. (EPA, por sus siglas en inglés) con uno de los siguientes ingredientes activos. Todos los repelentes de insectos registrados en la EPA han sido evaluados para determinar su seguridad y eficacia.

#### Ingrediente activo

Los porcentajes más altos de ingrediente activo ofrecen una protección más prolongada.

**DEET**

**Picaridina**, también conocida como **KBR 3023**, **Bayrepel** e icaridina

**Aceite de eucalipto de limón (OLE)** o **para-metano diol (PMD)**

**IR3535**



#### Algunos ejemplos de marcas comerciales\*

Off!, Cutter, Sawyer, Ultrathon

Cutter Advanced, Skin So Soft Bug Guard Plus, Autan (fuera de los Estados Unidos)

Repel

Skin So Soft Bug Guard Plus Expedition, SkinSmart

\* Las marcas comerciales de repelentes de insectos se ofrecen para su información solamente. Los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades y el Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos no pueden recomendar ni respaldar ningún producto de marca comercial.





- ◆ Siempre siga las instrucciones en la etiqueta del producto.
- ◆ Vuelva a aplicar el repelente de insectos cada cierta cantidad de horas, dependiendo del producto y la concentración que haya elegido.
  - » No ponga repelente en la piel debajo de la ropa.
  - » Si también usa un filtro solar, aplíquelo primero y luego el repelente de insectos.

## Repelentes de insectos naturales (repelentes no registrados en la EPA)

- ◆ La EPA no ha evaluado la efectividad de los repelentes de insectos naturales.
  - » Algunos ejemplos de ingredientes usados en repelentes de insectos que no han sido registrados incluyen aceite de citronela, aceite de cedro, aceite de geranio, aceite de menta o aceite de soja.

## Si tiene un bebé o niño



- ◆ Siempre siga las instrucciones en la etiqueta del producto al aplicar repelente de insectos a los niños.
- ◆ No utilice repelente de insectos en bebés menores de dos meses.
- ◆ Vista a su hijo con ropa que le cubra los brazos y las piernas, o...
- ◆ Cubra la cuna, el coche y el portabebés con un mosquitero.
- ◆ No aplique repelente de insectos en las manos, los ojos, la boca, o la piel irritada o cortada de un niño.
  - » Adultos: Rocíen el repelente de insectos en sus manos y luego aplíquenlo en la cara del niño.

## Trate la ropa y el equipo



- ◆ Trate con permetrina los artículos como botas, pantalones, calcetines y tiendas de campaña o compre ropa y equipo ya tratados con permetrina.
  - » La ropa tratada con permetrina lo protegerá luego de varias lavadas. Lea la información del producto para saber cuánto tiempo durará la protección.
  - » Si usted va a aplicar el tratamiento, siga las instrucciones del producto.
  - » No use productos con permetrina directamente sobre la piel.

## Mantenga su hogar libre de mosquitos



- ◆ Use una malla o tela metálica en las puertas y ventanas. Repare los huecos que tenga la malla o tela metálica para mantener los mosquitos afuera.
- ◆ Use el aire acondicionado si está disponible.
- ◆ Evite que los mosquitos pongan huevos en agua acumulada.
  - » Una vez a la semana, vacíe y restriegue, dé vuelta, cubra o bote los recipientes que acumulen agua, tales como neumáticos, baldes, floreros, macetas, juguetes, piscinas, baños para pájaros, tiestos o contenedores de basura. Revise dentro y fuera de su hogar.

# Prevención de picaduras de mosquitos para viajeros



Los mosquitos transmiten muchos tipos de virus y parásitos que pueden causar enfermedades como el chikungunya (chikunguña), dengue, Zika y paludismo (malaria). Si va a viajar a lugares donde hay paludismo, hable con su proveedor de atención médica sobre los medicamentos disponibles para prevenir el paludismo.

## Protéjase y proteja a su familia de las picaduras de mosquitos:

### Evite que los mosquitos entren en su habitación de hotel o a su alojamiento

- Seleccione un hotel o alojamiento que tenga aire acondicionado o malla de tela metálica en las puertas y ventanas.
- Duerma debajo de un mosquitero si el área donde duerme está en el exterior o si las puertas y ventanas no tiene malla de tela metálica. Los mosquitos pueden vivir en el interior y picar en cualquier momento, del día o de la noche.
  - » Compre un mosquitero en su tienda local especializada en equipo para acampar o en Internet antes de viajar al extranjero.
  - » Seleccione un mosquitero recomendado por la Organización Mundial de Salud identificado como WHOPES (WHO Pesticides Evaluation Scheme) como por ejemplo Pramax\*: compacto, blanco, rectangular, con 156 agujeros por pulgada cuadrada y lo suficientemente largo para poderse ajustar debajo del colchón.
  - » Los mosquiteros tratados con permetrina proporcionan mayor protección que los mosquiteros no tratados.
    - Permetrina es un insecticida que mata mosquitos y otros insectos.
    - No lave los mosquiteros ni los esponga a la luz solar. Esto inactivará el insecticida más rápido.
  - » Para obtener más información sobre los mosquiteros, consulte:  
[www.cdc.gov/malaria/malaria\\_worldwide/reduction/itn.html](http://www.cdc.gov/malaria/malaria_worldwide/reduction/itn.html)



### ¡Cúbrase!

- Use camisas de manga larga y pantalones largos.
- Los mosquitos pueden picarle a través de la ropa delgada. Trate la ropa con permetrina u otro insecticida que esté registrado en la Agencia de Protección Ambiental de los EE.UU. (EPA, por sus siglas en inglés) para obtener protección adicional.



### Solo use repelente de insectos registrados en la EPA

- Considere llevar un repelente de insectos.
- Siempre siga las instrucciones en la etiqueta del producto.
- Reapliques el repelente de insectos cada pocas horas.
  - » No se aplique repelente en la piel debajo de la ropa.
  - » Si también usa un filtro solar, aplíquese primero y luego el repelente de insectos.
- Para más información, visite: [www2.epa.gov/insect-repellents](http://www2.epa.gov/insect-repellents)

### Repelentes de insectos naturales **no** registrados en la EPA

- La EPA no ha evaluado la eficacia de los repelentes de insectos naturales más comunes en los Estados Unidos.
  - » Algunos ejemplos de ingredientes usados en repelentes de insectos que no han sido registrados incluyen aceite de citronela, aceite de cedro, aceite de geranio, aceite de menta, aceite de eucalipto limón puro o aceite de soja.
  - » **Los CDC recomiendan que utilice un repelente de insectos que contenga un ingrediente activo que se haya comprobado que es seguro y eficaz.**



## Use un repelente de insectos con uno de los siguientes ingredientes activos:

### Ingrediente activo

Los porcentajes más altos de ingredientes activos ofrecen una protección más prolongada

DEET

Picaridina, también conocido como KBR 3023, Bayrepel, e icaridina

Aceite de eucalipto limón (OLE) o para-metano-diol (PMD)

IR3535



### Algunos ejemplos de marcas comerciales\*

(En el extranjero los repelentes de insectos pueden ser vendidos bajo diferentes nombres comerciales.)

Off!, Cutter, Sawyer, Ultrathon

Skin So Soft Bug Guard Plus, Autan (fuera de los Estados Unidos)

Repel

Skin So Soft Bug Guard Plus Expedition, Skin Smart

### Si viaja con un bebé o un niño:



- ◆ Siempre siga las instrucciones del producto al aplicar repelente de insectos a los niños.
- ◆ **No utilice** repelente de insectos en bebés menores de dos meses.
- ◆ Mejor, vista a su bebé o niño pequeño con ropa que le cubra los brazos y las piernas, o cubra la cuna, el coche y el portabebés con un mosquitero.
  - » Adultos: Rocíen el repelente de insectos en sus manos y luego aplíqueno en la cara del niño. No apliquen repelente de insectos en las manos, la boca o la piel irritada o cortada de un niño.

### Trate la ropa y el equipo



- ◆ Use permetrina para tratar la ropa y el equipo (como botas, pantalones, calcetines y tiendas de campaña) o compre ropa y equipo ya tratados con permetrina. Lea la información del producto para saber cuánto tiempo durará la protección.
- ◆ Si usted va a aplicar el tratamiento, siga las instrucciones del producto.
- ◆ **No** use productos con permetrina directamente sobre la piel.

\* El uso de las marcas comerciales de repelentes de insectos se ofrecen para proveer información sobre el producto; no implica respaldo de estos productos por parte de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades ni del Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos.

[www.cdc.gov/features/StopMosquitoes](http://www.cdc.gov/features/StopMosquitoes)

# Help Control Mosquitoes that Spread Dengue, Chikungunya, and Zika Viruses



## BZZZZ.



Aside from being itchy and annoying, the bite of an infected female mosquito (*Aedes aegypti* or *Aedes albopictus*) can spread dengue, chikungunya, or Zika viruses. People become infected with dengue, chikungunya, or Zika after being bitten by an infected mosquito.

- Female mosquitoes lay several hundred eggs on the walls of water-filled containers. Eggs stick to containers like glue and remain attached until they are scrubbed off. When water covers the eggs, they hatch and become adults in about a week.
- Adult mosquitoes live inside and outside.
- They prefer to bite during the day.
- A few infected mosquitoes can produce large outbreaks in a community and put your family at risk of becoming sick.

## Protect Yourself, Your Family, and Community from Mosquitoes

### 1.

#### Eliminate standing water in and around your home:

- **Once a week**, empty and scrub, turn over, cover, or throw out items that hold water, such as tires, buckets, planters, toys, pools, birdbaths, flowerpots, or trash containers. Check inside and outside your home.
- Tightly cover water storage containers (buckets, cisterns, rain barrels) so that mosquitoes cannot get inside to lay eggs.
- For containers without lids, use wire mesh with holes smaller than an adult mosquito.

### 2.

#### If you have a septic tank, follow these steps:

- Repair cracks or gaps.
- Cover open vent or plumbing pipes. Use wire mesh with holes smaller than an adult mosquito.

### 3.

#### Keep mosquitoes out of your home:

- Use screens on windows and doors.
- Repair holes in screens.
- Use air conditioning when available.



Put plants in soil, not in water.



Drain water from pools when not in use.



Recycle used tires or keep them protected from rain.



Drain & dump any standing water.



Weekly, scrub vases & containers to remove mosquito eggs.

# Ayude a controlar los mosquitos que transmiten los virus del dengue, chikungunya y Zika



## B Zzzz.



Además de causar picor y molestia, la picadura de un mosquito hembra infectado (*Aedes aegypti* o *Aedes albopictus*) puede propagar los virus del dengue, chikungunya (chikunguña) o Zika. Las personas se infectan con el virus del dengue, del chikungunya o Zika al ser picadas por un mosquito infectado.

- Los mosquitos hembras ponen varios cientos de huevos en las paredes de envases con agua. Estos huevos se pegan a los envases como pegamento y permanecerán allí a menos que esos envases sean restregados. La próxima vez que el nivel del agua suba y cubra los huevos, las larvas nacerán, se convertirán en pupas y luego en mosquitos adultos en aproximadamente una semana.
- Los mosquitos viven dentro y fuera del hogar.
- Prefieren picar durante el día.
- Unos pocos mosquitos infectados pueden producir grandes brotes en la comunidad y poner a su familia en riesgo de enfermarse.

## Protéjase y proteja a su familia y a la comunidad de los mosquitos

### 1.

### Elimine el agua acumulada en el interior y alrededor de su hogar:

- **Una vez a la semana**, vacíe y restriegue con un cepillo o esponja, dé vuelta, cubra o bote los recipientes que puedan acumular agua, tales como neumáticos, baldes, macetas, floreros, juguetes, piscinas, baños para pájaros, tiestos o contenedores de basura. Revise dentro y fuera del hogar.
- Coloque una tapa ajustada en los recipientes para el agua (baldes, cisternas, barriles para agua de lluvia) para que los mosquitos no puedan entrar a poner huevos.
- Use una malla o tela metálica con agujeros más pequeños que un mosquito para cubrir los recipientes sin tapa.

### 2.

### Si tiene un pozo séptico, tome estas medidas:

- Repare las grietas y los huecos.
- Cubra el tubo de ventilación o respiradero con una malla o tela metálica con agujeros más pequeños que un mosquito.



Ponga las plantas en tierra, no en agua.



Vacíe las piscinas que no estén en uso.



Recicle los neumáticos usados o manténgalos protegidos de la lluvia.



Vacíe el agua acumulada.



Restriegue los floreros y envases semanalmente para eliminar los huevos de mosquitos.

3.

### Mantenga los mosquitos fuera de su hogar:

- Use una malla o tela metálica en las puertas y ventanas.
- Repare los orificios en la malla o tela metálica.
- Use el aire acondicionado si lo tiene disponible.

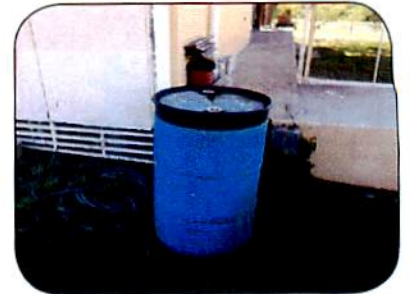
4.

### Evite las picaduras de mosquitos:

- Use repelentes de insectos registrados en la Agencia de Protección Ambiental de los EE. UU. (EPA, por sus siglas en inglés) con uno de los siguientes ingredientes activos. Todos los repelentes de insectos registrados en la EPA han sido estudiados para asegurarse de que sean seguros y eficaces.

Ingrediente activo Los porcentajes más altos de ingredientes activos ofrecen una protección más prolongada.	Algunos ejemplos de marcas comerciales*
<b>DEET</b>	Off!, Cutter, Sawyer, Ultrathon
<b>Picaridina</b> , también conocido como <b>KBR 3023</b> , <b>Bayrepel</b> e <b>icaridina</b> .	Cutter Advanced, Skin So Soft Bug Guard Plus, Autan (fuera de los Estados Unidos)
<b>IR3535</b>	Skin So Soft Bug Guard Plus Expedition, SkinSmart
<b>Aceite de eucalipto limón (OLE) o para-metano-diol (PMD)</b>	Repel
* El uso de marcas comerciales de repelentes de insectos es con propósitos informativos solamente. Los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades y el Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos no pueden recomendar ni respaldar ningún producto de marca comercial.	

- Siempre siga las instrucciones en la etiqueta del producto.
- Vuelva a aplicar el repelente de insectos cada cierta cantidad de horas, dependiendo del producto y la concentración que haya elegido.
- No ponga repelente en la piel debajo de la ropa.
- Si también usa un filtro solar, aplíquese primero y luego el repelente de insectos.
- Trate la ropa y el equipo (como botas, pantalones, medias y tiendas de campaña o carpas) con permetrina o compre ropa y equipo tratados con permetrina.
  - La ropa tratada con permetrina continúa ofreciendo protección luego de varios lavados. Lea la información del producto para saber cuánto durará la protección.
  - Si usted mismo va a tratar con permetrina los artículos, siga las instrucciones del producto cuidadosamente.
  - **No** utilice productos con permetrina, destinados a tratar la ropa, directamente sobre la piel.
- Use camisas de manga larga y pantalones largos.



Mantenga los barriles para el agua de lluvia bien tapados.



Vacíe el agua acumulada en fuentes y baños para pájaros semanalmente.



Mantenga el pozo séptico sellado.



Instale o repare la malla o tela metálica de ventanas y puertas.

Para obtener más información, visite:  
[www.cdc.gov/dengue](http://www.cdc.gov/dengue), [www.cdc.gov/chikungunya](http://www.cdc.gov/chikungunya), [www.cdc.gov/zika](http://www.cdc.gov/zika)

# ¿HA VIAJADO RECIENTEMENTE A REGIONES TROPICALES EN EL CONTINENTE AMERICANO?



**LOS MOSQUITOS**  
propagan el **DENGUE**,  
el **CHIKUNGUNYA**,  
la fiebre por **ZIKA**  
y otras enfermedades



2 SEMANAS													
D	L	M	M	J	V	S							
1	2	3	4	5	6	7							
8	9	10	11	12	13	14							
15	16	17	18	19	20	21							
22	23	24	25	26	27	28							
29	30	31	1	2	3	4							



Esté pendiente de si tiene  
fiebre con dolor en las  
articulaciones, los  
músculos o los ojos;  
o un sarpullido en las  
2 semanas siguientes.

Si se enferma, vaya al médico.  
Dígale al médico adonde viajó.



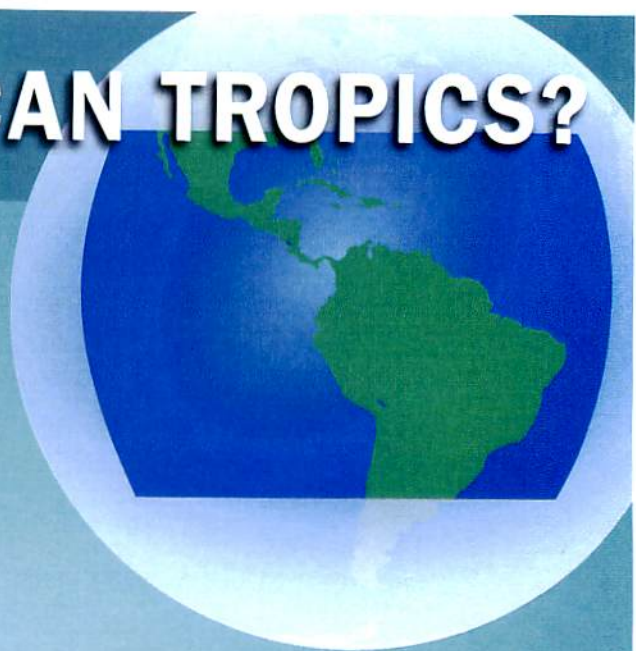
Para obtener más información,  
visite [www.cdc.gov/travel](http://www.cdc.gov/travel).



U.S. Department of  
Health and Human Services  
Centers for Disease  
Control and Prevention

# RECENTLY IN THE AMERICAN TROPICS?

**MOSQUITOES** spread **DENGUE, CHIKUNGUNYA, ZIKA,** and other diseases



2 WEEKS						
Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31	1	2	3	4



Watch for fever with joint, muscle, or eye pain, or a rash in the next 2 weeks.



If you get sick, see a doctor.  
Tell the doctor where you traveled.



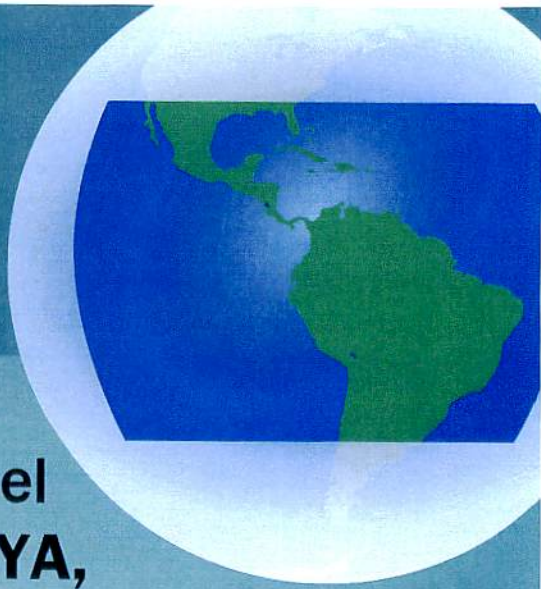
For more information, visit [www.cdc.gov/travel](http://www.cdc.gov/travel).



U.S. Department of Health and Human Services  
Centers for Disease Control and Prevention



# ¿VA A VIAJAR A REGIONES TROPICALES EN EL CONTINENTE AMERICANO?



**LOS MOSQUITOS** propagan el **DENGUE**, el **CHIKUNGUNYA**, la fiebre por **ZIKA** y otras enfermedades

Los mosquitos pican de día y de noche. Prevenga las picaduras de mosquitos:

- Use repelente contra insectos.
- Use aire acondicionado o mosquiteros en ventanas y puertas.
- Use camisas de manga larga y pantalones largos.



**NO DEJE QUE LOS MOSQUITOS LE ARRUINEN EL VIAJE.**

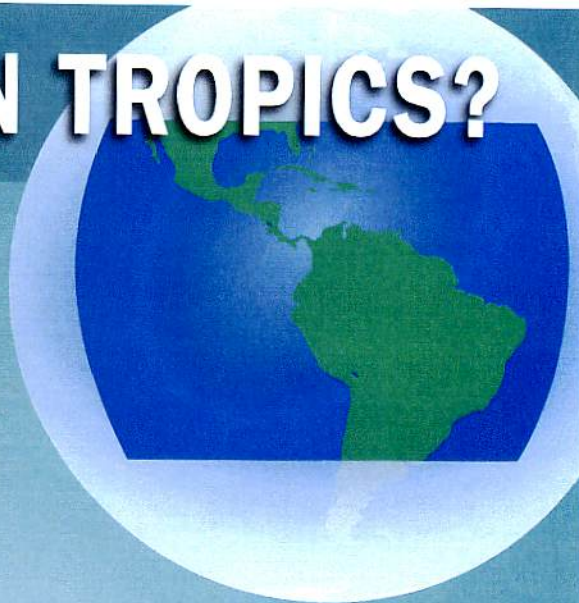
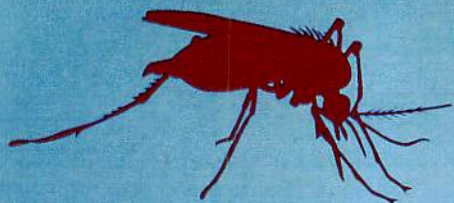
Para obtener más información, visite [www.cdc.gov/travel](http://www.cdc.gov/travel)



U.S. Department of  
Health and Human Services  
Centers for Disease  
Control and Prevention

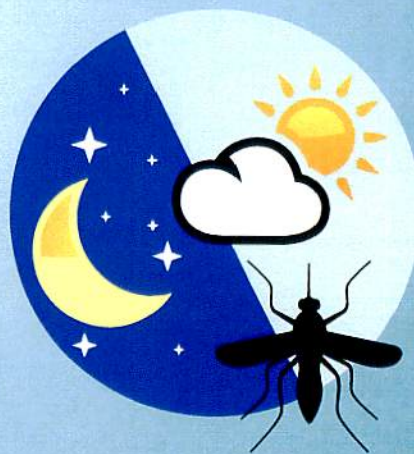
# GOING TO THE AMERICAN TROPICS?

**MOSQUITOES** spread **DENGUE, CHIKUNGUNYA, ZIKA,** and other diseases



Mosquitoes bite day and night.  
Prevent mosquito bites:

- Use insect repellent
- Use air conditioning or window/door screens
- Wear long-sleeved shirts and long pants



## DON'T LET MOSQUITOES RUIN YOUR TRIP

For more information, visit [www.cdc.gov/travel](http://www.cdc.gov/travel)



U.S. Department of  
Health and Human Services  
Centers for Disease  
Control and Prevention

# CHIKUNGUNYA, DENGUE, or ZIKA: What is local transmission?



A person who has not traveled recently gets bitten by an infected mosquito where they live, work, or play.



A mosquito bites a person who is sick. The mosquito gets infected.

Infected mosquitoes can then bite healthy people and spread the infection.

Within 3–7 days, the person may become sick. Other mosquitoes can bite the sick person, become infected, and bite more people.

**Protect yourself from mosquito bites. Use insect repellent.**

For more information:

[www.cdc.gov/chikungunya](http://www.cdc.gov/chikungunya) • [www.cdc.gov/dengue](http://www.cdc.gov/dengue) • [www.cdc.gov/zika](http://www.cdc.gov/zika)



U.S. Department of  
Health and Human Services  
Centers for Disease  
Control and Prevention



# Sick with CHIKUNGUNYA, DENGUE, or ZIKA?

Protect yourself and others from mosquito bites during the first week of illness.



## Protect family and friends

- During the first week of illness, chikungunya, dengue, or Zika virus can be found in the blood.
- A mosquito that bites you can become infected.
- An infected mosquito can bite a family member or neighbor and make them sick.



## Watch for these symptoms

See your doctor if you develop a fever with any of the following symptoms:

- Muscle or joint pain
- Headache, especially with pain behind the eyes
- Rash
- Conjunctivitis (red eyes)



## Protect yourself from mosquito bites

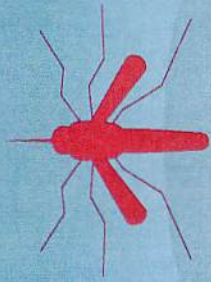
- Wear long-sleeved shirts and long pants.
- Use door and window screens to keep mosquitoes outside.
- Use insect repellent.

## For more information:

[www.cdc.gov/chikungunya](http://www.cdc.gov/chikungunya)  
[www.cdc.gov/dengue](http://www.cdc.gov/dengue)  
[www.cdc.gov/zika](http://www.cdc.gov/zika)



U.S. Department of  
Health and Human Services  
Centers for Disease  
Control and Prevention

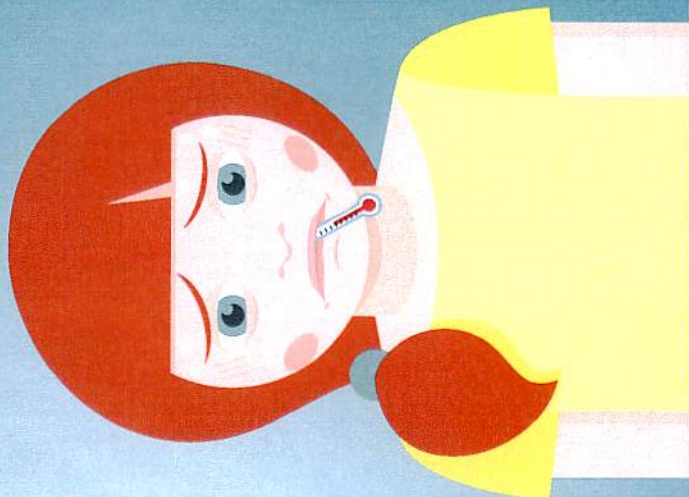
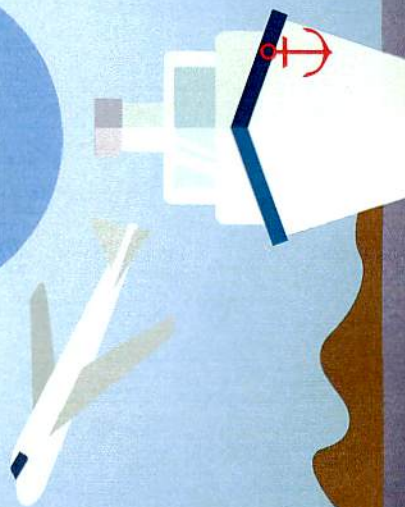


# CHIKUNGUNYA, DENGUE, or ZIKA: What is an imported case?

A person who was bitten by an infected mosquito while traveling away from home.



**days**



A person gets bitten by an infected mosquito while traveling.

Symptoms may begin 3–7 days after being bitten by an infected mosquito.



U.S. Department of Health and Human Services  
Centers for Disease Control and Prevention

For more information: [www.cdc.gov/chikungunya](http://www.cdc.gov/chikungunya) • [www.cdc.gov/dengue](http://www.cdc.gov/dengue) • [www.cdc.gov/zika](http://www.cdc.gov/zika)