

División de Servicios Médicos de las Naciones Unidas

Virus del Zika: Consejos para que el personal de las Naciones Unidas evite las picaduras de mosquito

Información actualizada el 9 de febrero de 2016

(Consulte la última versión de este documento en la página

<https://hr.un.org/page/zika-virus>)

Medidas de protección de carácter general

- ♦ **Evite pasar tiempo al aire libre.** Los mosquitos portadores del virus del Zika son más activos durante el día. Modifique sus pautas de actividad para evitar permanecer al aire libre durante el día en la medida de lo posible.
- ♦ **Reduzca la cantidad de piel que queda al descubierto vistiendo ropa adecuada.** Usar camisas de manga larga de colores claros, pantalones largos, calcetines, guantes y sombreros puede reducir considerablemente las posibilidades de que le pique un mosquito. Además, procure meter los faldones de la camisa por dentro del pantalón, y el pantalón, por dentro de los calcetines. Utilice zapatos cerrados en lugar de sandalias para reducir el riesgo.
- ♦ **Utilice ropa tratada con permetrina.** Los repelentes o los insecticidas como la permetrina pueden aplicarse a la ropa y el equipamiento para aumentar la protección. Aplique permetrina a los zapatos, los pantalones, los calcetines, los sombreros y demás indumentaria siguiendo estrictamente las instrucciones de uso de la etiqueta del producto. Nunca aplique la permetrina directamente sobre la piel.
- ♦ **Reduzca el contacto con los mosquitos en espacios interiores.** Permanezca y duerma en habitaciones con ventanas protegidas por rejillas o con aire acondicionado. Repare los agujeros de la rejilla rápidamente. Las camas provistas con mosquiteras son una protección esencial cuando el alojamiento no dispone de rejillas o de aire acondicionado.
- ♦ **Mosquiteras.** Utilice una mosquitera en la cama, especialmente si duerme durante el día, como es el caso de las embarazadas, los lactantes, los pacientes que permanecen en cama y las personas que trabajan por la noche. Si la mosquitera no llega hasta el suelo, debe remeterse por debajo del colchón. Las mosquiteras son más eficaces si están tratadas con un insecticida del grupo de los piretroides. Las recomendaciones de la Organización Mundial de la Salud (OMS) para las mosquiteras tratadas con insecticida se pueden consultar en http://www.who.int/whopes/Long-lasting_insecticidal_nets_November_2015.pdf. Antes de un viaje, se pueden comprar mosquiteras de larga duración, previamente tratadas, o bien tratarlas tras la compra. También es posible que haya mosquiteras eficaces, debidamente tratadas, en el país de destino. Las mosquiteras tratadas con un insecticida de la familia de los piretroides (ej. permetrina) son eficaces durante varios meses siempre y cuando que no se laven. Las mosquiteras de larga duración previamente tratadas pueden ser eficaces durante unos tres años, con un tratamiento adecuado.

Uso de repelentes

- ◆ **Aplique repelentes en loción, líquido o aerosol a la piel que queda al descubierto o a la ropa.** Utilice los repelentes siguiendo las instrucciones que figuran en la etiqueta del producto. Evite que el repelente entre en contacto con la boca y los ojos, y nunca lo utilice sobre cortes, heridas o irritaciones de la piel. Si usa un pulverizador, no lo aplique directamente sobre la cara, sino primeramente en las manos y, de ahí, a la cara. No lo aplique en los ojos ni en la boca y utilícelo con moderación en la zona de las orejas. Lávese las manos tras la aplicación para evitar el contacto accidental con los ojos o la ingestión del producto. Utilice la cantidad justa de repelente para cubrir ligeramente la piel y la ropa; utilizar una cantidad excesiva no intensificará la protección. No permita que los niños manipulen los repelentes por sí mismos.
- ◆ **Utilice únicamente repelentes de insectos que contengan agentes activos aprobados.** Los productos que contienen DEET, picaridina o IR3535 han probado su eficacia para reducir las picaduras de mosquito hasta en un 98% cuando se utilizan siguiendo las instrucciones (cuadro 1). Aunque las embarazadas pueden utilizar esos productos, deben seguir atentamente las recomendaciones que figuran en la etiqueta del fabricante. Evite el uso de repelentes que contengan agentes no aprobados (como la citronela, el geranio, el cedro, la soja y la menta), cuya eficacia no se ha constatado.

Cuadro 1: Agentes activos de repelentes de insectos aprobados para personas mayores de 2 meses, incluidas las mujeres durante el embarazo y la lactancia^{1a 4}

Active Agent	
DEET (un 20% o más para los adultos y un 25% o menos para niños y embarazadas)	Consulte con el centro médico local de la ONU o con su médico para obtener información sobre los repelentes aprobados disponibles en su país
Picaridina (también conocida como KBR 3023 e icaridina)	
IR3535	

* Repita la aplicación frecuentemente, siguiendo las instrucciones y, como mínimo, cada tres o cuatro horas.

* Los productos a base de aceite de eucalipto de limón (por ejemplo, Repel Lemon Eucalyptus, Bug Shield Lemon Eucalyptus o Coleman Botanicals DEET-Free) NO se deben utilizar nunca con niños menores de 3 años ni con mujeres durante el embarazo o la lactancia.³

¹ West Nile virus: pregnancy and breastfeeding [datos]. Ottawa: Ministerio de Salud del Canadá, 2003. Consúltese en www.hcsc.gc.ca/english/westnile/pregnancy.html (fuente consultada el 2 de febrero de 2016).

² "DEET-based insect repellents: safety implications for children and pregnant and lactating women". Gideon Koren, Doreen Matsui, Benoit Bailey. CMAJ, 5 de agosto de 2003; 169(3): 209 a 212.

³ <http://www.cdc.gov/media/releases/2016/s0315-zika-virus-travel.html>

⁴ http://www.who.int/whopes/quality/en/IR3535_eval_april_2006.pdf

Los repelentes y los productos de protección solar que combinan el filtro solar y el repelente no están recomendados, porque tal vez haya que reaplicar el filtro solar con más frecuencia y en mayor cantidad de la necesaria para que el repelente proteja de las picaduras. Como norma general, utilice los productos por separado, aplicando en primer lugar el filtro solar y, después, el repelente.

Prevenir y eliminar los criaderos de mosquitos

- ♦ **Impida la proliferación de mosquitos al aire libre.** Elimine, limpie y/o cubra cualquier foco de aguas estancadas en el interior y el entorno de su casa, entre otras cosas, desechando de forma segura cualquier contenedor en el que se pueda acumular agua de lluvia (ej. baldes, floreros, y cubiertas de auto) que puedan acumular agua de lluvia. Limpie los desagües y los sumideros, y compruebe que los tanques de agua estén cubiertos y sellados. Mantenga el césped a poca altura y libre de malas hierbas.

Para más información, consulte las siguientes fuentes:

1. Organización Panamericana de la Salud y Organización Mundial de la Salud: How to prevent mosquito breeding sites in and around your home:
http://www.paho.org/hq/index.php?option=com_docman&task=doc_view&gid=33071&Itemid=270&lang=en
2. Organización Panamericana de la Salud y Organización Mundial de la Salud: Consejos para evitar los criaderos de mosquitos en tu casa y patio:
http://www.paho.org/hq/index.php?option=com_docman&task=doc_view&gid=33072&Itemid=270&lang=en
3. Centro para el Control y la Prevención de Enfermedades: Mosquito Bite Prevention for Travelers:
http://www.cdc.gov/chikungunya/pdfs/fs_mosquito_bite_prevention_travelers.pdf
4. Centro para el Control y la Prevención de Enfermedades: Prevención de picaduras de mosquitos para viajeros:
http://www.cdc.gov/zika/pdfs/fs_mosquito_bite_prevention_travelers_spanish.pdf
5. Mosquiteras de larga duración contra insectos recomendadas por la Organización Mundial de la Salud:
http://www.who.int/whopes/Long-lasting_insecticidal_nets_November_2015.pdf

Si tiene alguna pregunta sobre el presente documento, póngase en contacto con msdpublichealth@un.org