

# Prevención de picaduras de mosquito

## *¿Por qué nos preocupan los mosquitos?*

A casi todos les ha picado un mosquito. La mayoría de las picaduras de mosquito son inofensivas, pero algunos mosquitos pueden ser portadores de gérmenes e infecciones graves, como el virus del Nilo Occidental, el virus del Zika, el dengue y la malaria.



## *¿Qué puedo hacer para evitar las picaduras de mosquito?*

- Aplique en la piel y la ropa un repelente para insectos registrado en la Agencia de Protección Ambiental (Environmental Protection Agency, EPA), uno que tenga entre un 10 % y un 30 % de DEET.
- Use mangas largas y pantalones cuando esté afuera, especialmente en la noche.
- Cubra los cochecitos y portabebés con un tul mosquitero.
- Mantenga ventanas y puertas cerradas y use aire acondicionado tanto como sea posible.
- Use, instale o repare mosquiteros en puertas y ventanas.

## *¿Qué puedo hacer para evitar que los mosquitos se reproduzcan?*

Cualquier lugar en el que se acumula agua podría ser un criadero de mosquitos. Para evitar que los mosquitos pongan huevos, quite el agua estancada de fuera de su casa:

- Vacíe los platos de las plantas y las bandejas de riego que están en el exterior cada pocos días.
- Cambie el agua de los recipientes de las mascotas, los bebederos para pájaros y las piscinas para niños con frecuencia.
- Aplaste o agujeree las latas vacías.
- Tape los cestos de basura y las papeleras de reciclaje.
- Dé vuelta los baldes, las carretillas, los juguetes y cualquier recipiente que esté en el exterior.
- Deseche los neumáticos viejos en los que se puede acumular agua.
- Abra las canaletas obstruidas del techo y drene los techos planos.
- Vacíe el agua de las embarcaciones que están guardadas y cúbralas con una lona.
- Sacuda las lonas en las que se acumula agua después de la lluvia.
- Repare los grifos exteriores que gotean.

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



7/23

**HealthWhys**  
Un mensaje de salud pública de  
**BlueRidgeHD.org**

Puede encontrar éste y otros oportunos consejos y eventos de salud pública en la página Facebook del Blue Ridge Health District (BRHD). ¡Márquenos "Me Gusta!"

Síguenos en  
Facebook



**VDH** VIRGINIA  
DEPARTMENT  
OF HEALTH