

## Preventing Mosquito Bites

### HOJA INFORMATIVA

### **¡No se deje picar!**

Tome los pasos lógicos siguientes para reducir el riesgo de enfermedades de picaduras de mosquito y usted:

- evitará las picaduras y la enfermedad;
- eliminará los mosquitos del lugar donde trabaja y juega;
- ayudará a su comunidad a controlar la enfermedad.

**Algo para recordar:** La probabilidad de que una persona se enferme a causa de una picadura de mosquito sigue siendo baja. La mayoría de las personas que están infectadas con el virus no presentarán ningún síntoma. El riesgo de enfermedad grave o muerte es más alto en las personas mayores de 50 años.

### **Evite las picaduras de mosquitos**

#### **Aplicase un repelente de insectos que contenga DEET**

(Busque: (N, N-dietil-metatoluamide)) en la piel descubierta cuando salga al aire libre. Aun cuando permanezca afuera por poco tiempo, puede ser suficiente para que lo pique un mosquito.

#### **La ropa puede ayudar a reducir las picaduras de mosquitos**

Cuando sea posible, use ropa de manga larga, pantalones largos y medias cuando salga al aire libre. Los mosquitos pueden picar a través de la tela delgada, por lo que rociar la ropa con repelente que contenga permetrina o DEET le dará más protección. No aplique repelentes que contengan permetrina directamente en la piel. No se aplique repelentes que contengan DEET en la piel debajo de la ropa.

#### **Cúidese de los mosquitos en las horas pico**

Las horas entre el anochecer y la madrugada son las horas cuando más pican los mosquitos de muchas especies. Tenga más cuidado y use repelente y ropa de protección durante la noche y temprano en la mañana -- o evite actividades al aire libre durante éstas horas.

### **Ponga su hogar a prueba de mosquitos**

#### **Elimine las aguas estancadas**

Los mosquitos ponen sus huevos en aguas estancadas. Limite el número de lugares donde los mosquitos puedan reproducirse alrededor de su casa, como las cosas que retengan agua.

#### **Instale o repare los mosquiteros**

A algunos mosquitos les gusta estar adentro. Manténgalos afuera con mosquiteros apropiados tanto en las ventanas como en las puertas. Ofrezca ayuda a los vecinos que tengan mosquiteros en mal estado.

¿Más preguntas sobre cómo controlar los mosquitos? El Centro Nacional de Información sobre Plaguicidas (<http://npic.orst.edu> [NPIC por sus siglas en inglés]) es una fuente de información sobre pesticidas y repelentes, que también opera una línea gratuita de información: 1-800-858-7378 (Averigüe el horario en su página web).

## **iNo se deje picar!**

(continuación de la página anterior)

### **Limpie**

Los lugares de reproducción de los mosquitos pueden estar en todas partes. Las organizaciones cívicas y de jóvenes pueden organizar días de limpieza de los vecindarios para recoger recipientes de terrenos desocupados y parques y para animar a las personas a mantener sus patios libres de aguas estancadas. Las cercas no son obstáculo para los mosquitos, por lo que es importante controlar los lugares de reproducción en todas partes en el vecindario.

"Recommendations from the Centers for Disease control and Prevention"



MISSISSIPPI STATE DEPARTMENT OF HEALTH

[www.HEALTHYMS.COM](http://www.healthyms.com)

1-866-HLTHY4U (1-866-458-4948)