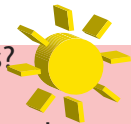


# CONSEJOS PRÁCTICOS SOBRE LAS PICADURAS DE INSECTO

Las picaduras de insecto. ¿Cómo evitarlas?



Las picaduras de insecto son frecuentes en el verano, en ambientes húmedos y cálidos. En lugares endémicos de malaria, deben recomendarse medidas estrictas de prevención.

Medidas generales:

- Utilizar mangas largas, pantalones largos, calcetines, y evitar ropa de color oscuro.
- Utilizar repelentes de insectos. Recordar que no son recomendables en niños menores de 2 años, y que deben seguirse de forma estricta las instrucciones de aplicación.
- Utilizar una mosquitera adecuada en la cama o en las ventanas. Hay ciertos olores corporales que pueden atraer los mosquitos.
- Evitar perfumes. No se han demostrado científicamente los hipotéticos efectos preventivos de la vitamina B1 ni la eficacia de los aparatos con ultrasonidos.



¿Cómo tratarlas?

Una vez ya nos han picado los insectos:

- Limpiar y desinfectar bien la zona.
- La aplicación de frío local puede ser útil, pero debería evitarse una exposición prolongada al frío que podría ser contraproducente.
- Pueden utilizarse productos que contienen amoníaco u otras sustancias para mejorar los síntomas.
- En caso de múltiples picaduras o si son muy pruriginosas, el médico puede indicar algún tratamiento oral para aliviar los síntomas.
- Las picaduras de abeja se tratarán de forma similar, con la excepción de que si queda el aguijón en la herida, éste deberá extraerse.



Un grupo reducido de personas pueden presentar una reacción grave secundaria a las picaduras de insectos, especialmente de abejas o de avispas, que puede manifestarse con desmayos o dificultades respiratorias. En estos casos será necesario acudir a un servicio de Urgencias para recibir la medicación adecuada. Si ya ha sufrido previamente un episodio de estas características, su médico le instruirá sobre qué medidas deben adoptarse.



El mosquito tigre.

El mosquito tigre ha aparecido recientemente en nuestro medio y es la causa de picaduras muy molestas. Se trata de un insecto pequeño, de difícil visualización, que suele moverse cerca del suelo. Pone sus huevos en recipientes con agua (típicamente, platos inundados de agua utilizados para regar macetas, bidones, lavaderos, etc.). Suele picar de día, especialmente entre los meses de abril y octubre.



Ocasiona múltiples picaduras generalmente en zonas expuestas, produciendo un habón de gran tamaño, muy pruriginoso y que suele persistir más tiempo que las picaduras ocasionadas por otras especies de mosquito. Se cree que a medida que vayamos entrando más en contacto con este insecto, la reacción a la picadura será más leve.

Las medidas para evitar estas picaduras son similares a las del punto 4. Deben buscarse los focos de cría de las larvas, con el objetivo de eliminar al mosquito. En nuestro medio, el mosquito tigre no es vector de ninguna enfermedad.

En el nostre medi, no és vector de cap malaltia.