

Prevenção contra picada de mosquito para viajantes

Os mosquitos transmitem muitos tipos de vírus e parasitas que podem causar doenças como chikungunya, dengue, zika e malária. Se você for viajar para uma área onde há malária, converse com um profissional de saúde sobre os medicamentos disponíveis para prevenção da malária.

Proteja você e sua família de picadas de mosquitos. Veja como:

Mantenha os mosquitos do lado de fora do quarto do hotel ou alojamento:

- ◆ Escolha um hotel ou alojamento com ar-condicionado ou telas nas janelas e portas.
- ◆ Durma sob um mosquiteiro se for dormir ao ar livre ou em um quarto que não esteja protegido por tela. Os mosquitos podem viver em ambientes fechados e picam a qualquer hora do dia ou da noite.
 - » Compre um mosquiteiro em uma loja local ou on-line antes de viajar para o exterior.
 - » Escolha mosquiteiros aprovados pela WHOPEs (como Pramax*): compactos, brancos, retangulares, com 156 buracos por polegada quadrada e longos o suficiente para encaixar embaixo do colchão.
 - » Mosquiteiros tratados com permetrina oferecem mais proteção do que aqueles sem tratamento.
 - A permetrina é um inseticida que mata mosquitos e outros insetos.
 - Não lave os mosquiteiros nem os exponha à luz do sol. Isso pode degradar o inseticida mais rapidamente.
 - » Para obter mais informações sobre mosquiteiros, acesse: www.cdc.gov/malaria/malaria_worldwide/reduction/itn.html



Cubra-se!

- ◆ Use camisas de mangas compridas e calças compridas.
- ◆ Os mosquitos podem picar através de roupas de tecido fino. Trate as roupas com permetrina ou outro inseticida registrado na Agência de Proteção Ambiental dos EUA (EPA) para obter proteção extra.



Use apenas os repelentes de insetos registrados na EPA.

- ◆ Considere a possibilidade de levar repelentes de insetos com você.
- ◆ Sempre siga as instruções do rótulo do produto.
- ◆ Reaplique o repelente de insetos depois de algumas horas.
 - » Não aplique o repelente na pele por baixo das roupas.
 - » Se também estiver usando protetor solar, aplique-o antes de aplicar o repelente de insetos.
- ◆ Para obter mais informações, acesse: www2.epa.gov/insect-repellents

Repelentes de insetos naturais não registrados na EPA

- ◆ Nos Estados Unidos, a EPA não avaliou a eficácia da maioria dos repelentes de insetos naturais geralmente conhecidos.
 - » Exemplos de ingredientes usados em repelentes de insetos não registrados incluem: óleo de citronela, óleo de cedro, óleo de gerânio, hortelã-pimenta e óleo de hortelã-pimenta, óleo de eucalipto citriodora puro, óleo de soja.
 - » **O CDC recomenda o uso de um repelente de insetos que contenha um ingrediente ativo comprovadamente seguro e eficaz.**



Use repelente de insetos com um dos seguintes ingredientes ativos:

Ingrediente ativo

Quanto maior a porcentagem do ingrediente ativo mais duradoura é a proteção.

DEET

Picaridina (conhecida como KBR 3023 e icaridina fora dos EUA)

IR3535

Óleo de eucalipto citriodora (OLE) ou para-mentano-diol (PMD)

2-undecanone



Encontre o repelente de insetos adequado para você usando **a ferramenta de busca da EPA ***.

* A ferramenta de busca da EPA está disponível em: www.epa.gov/insect-repellents/find-insect-repellent-right-you

Se estiver viajando com um bebê ou uma criança:



- ◆ Sempre siga as instruções ao aplicar repelente de insetos em crianças.
- ◆ **Não** use repelente de insetos em bebês com menos de 2 meses de idade.
- ◆ Em vez disso, vista o bebê ou criança com roupas que cubram os braços e pernas ou cubra o berço, carrinho ou carregador de bebê com um mosquiteiro.
 - » Adultos: Pulverize o repelente de insetos em suas mãos e, em seguida, aplique-o sobre o rosto da criança. Não aplique repelente de insetos nas mãos, boca da criança nem em pele irritada ou cortada.

Trate roupas e acessórios



- ◆ Trate as roupas e acessórios (como botas, calças, meias e barracas) com permetrina ou compre roupas e acessórios tratados com permetrina. Leia as informações do produto para saber quanto tempo dura a proteção.
- ◆ Se preferir tratar os itens você mesmo, siga sempre as instruções do produto.
- ◆ **Não** utilize produtos de permetrina diretamente na pele.

* Os nomes comerciais de produtos são fornecidos apenas para fins informativos; isso não significa apoio a esses produtos por parte dos Centros de Controle e Prevenção de Doenças nem do Departamento de Saúde e Serviços Humanos dos Estados Unidos.

Idioma inglês, versão acessível: http://www.cdc.gov/chikungunya/pdfs/fs_mosquito_bite_prevention_travelers.pdf

www.cdc.gov/features/StopMosquitoes