



# Protección Contra Mosquitos & Garrapatas para Niños



Source: michiganmedicine.org



## USE DEET CON PRECAUCIÓN

DEET es la defensa más eficaz contra los mosquitos, aprobado para bebés de 2 meses en adelante.

- **Escoja el nivel correcto:** Use 6% a 7% para paseos breves de 1–2 horas afuera, y el nivel de 30% para paseos largos. Nunca use el nivel más alto de 30% para niños.
- **Aplíquelo de manera segura:** Aplíquelo una vez al día en un área abierta. Evite aplicarlo en las manos, en la cara o en piel que esté irritada.
- **Evite combinaciones:** No use combinaciones de spray contra insectos y protector solar. El protector solar necesita ser aplicado constantemente, el DEET no.
- **Consejo de un profesional:** Aplique spray en un sombrero, deje que se seque para ahuyentar a insectos de la cara de su niño.

## CONSIDERE ALTERNATIVAS INTELIGENTES

- **Alternativas Químicas:** La picaridina es muy eficaz. Para niños mayores de 3 años, el aceite de eucalipto limón es una excelente opción natural.
- **Barreras Físicas:** Use zapatos, mangas largas y pantalones. Evite las actividades al aire libre durante las horas de mayor actividad de los insectos (al amanecer y al atardecer).

## PROTECCIÓN CONTRA GARRAPATAS

- Repelentes como DEET solo repelen las garrapatas; no las matan.
- **Tratamiento:** Para zonas boscosas, trate la ropa y las tiendas de campaña con permetrina, que mata las garrapatas al contacto.
- **Regla de Seguridad:** Nunca aplique permetrina a la piel. En la ropa, dura hasta 6 semanas o 6 lavados.

## DOMINE EL CHEQUEO DE GARRAPATAS - "TICK CHECK"

Las garrapatas generalmente deben estar adheridas durante 24 horas para transmitir la enfermedad de Lyme, por lo que la detección temprana es clave. Revise a su niño inmediatamente al entrar a casa, centrándose en:

- Línea del cabello y detrás de las orejas
- Axilas y ombligo
- Detrás de las rodillas y entre las piernas



## REMUEVA LAS GARRAPATAS DE MANERA APROPIADA

Remueva las garrapatas inmediatamente. Lávese las manos y la zona de la picadura, luego aplique una pomada antibiótica.

- **Garrapatas de la Madera:** Sujételas cerca de la piel con unas pinzas y tire de ellas directamente hacia arriba. No las gire.
- **Garrapatas de ciervos:** Dado que son diminutas, retírelas raspando con la uña o con el borde de una tarjeta de crédito si no tiene pinzas a mano.

## SEPA CUÁNDO LLAMAR AL DOCTOR

Utilice hielo o loción de calamina para la picazón habitual. Consulte a su pediatra si su niño presenta alguno de estos síntomas entre 3 y 14 días después de una picadura:

- Fiebre, dolores de cabeza o dolores corporales.
- **Una erupción en forma de diana o expansiva** (signo clásico de la enfermedad de Lyme).
- Una erupción con manchas (signo de la fiebre maculosa de las Montañas Rocosas).

## EL MÉTODO PANTALÓN Y CALCETÍN - "TUCK METHOD"

Cuando den paseos o caminen en zonas de pasto alto:

1. Usa **ropa de colores claros** para detectar fácilmente los insectos que se suben por la ropa.
2. **Meta las piernas del pantalón dentro de calcetines largos** para evitar que las garrapatas suban por la piel.

### CONOZCA SUS GARRAPATAS

- **Garrapatas de Madera:** Del tamaño de una semilla de sandía. Puede transmitir la fiebre maculosa de las Montañas Rocosas.
- **Garrapatas de ciervos:** Del tamaño de una semilla de amapola. Puede transmitir la enfermedad de Lyme (aunque menos del 2 % de las picaduras provocan una infección).



De conformidad con las leyes federales de derechos civiles y los reglamentos y políticas de derechos civiles del Departamento de Agricultura de EE. UU. (USDA por sus siglas en inglés), se prohíbe que esta institución discrimine por razones de raza, color, nacionalidad, sexo (incluidas la identidad de género y la orientación sexual), discapacidad, edad o en represalia por actividades previas relacionadas con los derechos civiles. Se puede proporcionar información sobre este programa en idiomas distintos al inglés. Las personas con discapacidades que requieran medios alternativos de comunicación de información sobre el programa (por ejemplo, el braille, letras grandes, cintas de audio, el lenguaje de señas americano, etc.) deben comunicarse con la agencia estatal o local responsable de administrarlo, con el TARGET Center del USDA al (202) 720-2600 (teléfono y TTY) o con el USDA a través del Federal Relay Service [Servicio Federal de Transmisión] al (800) 877-8339. Para presentar una denuncia de discriminación, el denunciante debe completar el Formulario de denuncia de discriminación en un programa del USDA (AD-3027), el cual se puede obtener en línea en <https://www.usda.gov/sites/default/files/documents/USDA-OASCR%20P-Complaint-Form-0508-0002-508-11-28-17Fax2Mail.pdf>, en cualquier oficina del USDA, llamando al (866) 632-9992 o bien escribiendo una carta dirigida al USDA que indique el nombre del denunciante, su dirección, su número de teléfono y una descripción escrita de la acción discriminatoria presunta de manera suficientemente detallada para informar al Subsecretario de Derechos Civiles (ASCR) sobre la índole y la fecha de la transgresión de derechos civiles supuesta. Se debe presentar el formulario AD-3027 lleno o dicha carta al USDA por (1) correo: U.S. Department of Agriculture, Office of the Assistant Secretary for Civil Rights, 1400 Independence Avenue, SW, Washington, D.C. 20250-9410; (2) fax: (833) 256-1665 o (202) 690-7442; o (3) correo electrónico: [program.intake@usda.gov](mailto:program.intake@usda.gov)