

Prevenção de picadas 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 das picadas de mosquitos. Veja como:

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

- ♦ 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 redes sem tratamento.
 - 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:
www.cdc.gov/malaria/malaria_worldwide/reduction/itn.html



Cubra-se!

- ♦ Use camisas de manga comprida e calças compridas.
- ♦ Mosquitos podem picar através de roupas com tecido fino. Trate as roupas com permetrina ou outro inseticida registrado na Agência de Proteção Ambiental dos EUA (Environmental Protection Agency, EPA) para uma proteção extra.



Utilize apenas repelentes de insetos registrados na EPA

- ♦ Considere a possibilidade de levar repelentes de insetos com você.
- ♦ Siga sempre as instruções de uso no rótulo.
- ♦ Reaplique o repelente de insetos regularmente durante todo o dia.
 - » Não aplique repelente na pele por baixo das roupas.
 - » Se você utiliza protetor solar e repelente de insetos, aplique primeiro o protetor solar e depois o repelente.
- ♦ Para obter mais informações: www2.epa.gov/insect-repellents

Repelentes de insetos naturais não registrados

- ♦ Nos Estados Unidos, a eficácia dos repelentes de insetos naturais mais conhecidos não foi avaliada pela EPA.
 - » Exemplos de ingredientes usados em repelentes de insetos não registrados: óleo de citronela, óleo de cedro, óleo de gerânio, hortelã-pimenta e óleo de hortelã-pimenta, óleo puro de eucalipto-limão e óleo de soja.
 - » **O CDC recomenda o uso de repelentes de insetos que contenham ingredientes ativos que sejam comprovadamente seguros e eficazes.**



Use repelentes de insetos com um dos seguintes ingredientes ativos:

Ingrediente ativo

Altas porcentagens de ingredientes ativos fornecem proteção mais longa



Alguns exemplos de marca*

(Os repelentes de insetos podem ser vendidos com marcas diferentes no exterior.)

DEET

Off!, Cutter, Sawyer, Ultrathon

Icaridina, também conhecida como **KBR 3023**, **Bayrepel** e **picaridina**

Skin So Soft Bug Guard Plus, Autan (fora dos Estados Unidos)

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

Repel

IR3535

Skin So Soft Bug Guard Plus Expedition, SkinSmart



Se você estiver viajando com um bebê ou criança:



- ◆ Siga sempre as instruções ao aplicar o repelente de insetos em crianças.
- ◆ Não use repelentes de insetos em bebês com menos de 2 meses de idade.
- ◆ Ao invés disso, vista-o com roupas que cubram os braços e pernas, ou cubra o berço, carrinho ou carregador de bebê com um mosquiteiro.
 - » Adultos: Aplique repelente de insetos nas suas mãos e, então, aplique no rosto da criança. Não aplique repelente de insetos nas mãos, boca, cortes ou pele irritada de uma criança.

Trate roupas e acessórios



- ◆ Você pode tratar roupas e acessórios (como botas, calças, meias e barracas) com permetrina ou comprá-los já tratados previamente. Leia as informações do produto para descobrir quanto tempo dura a proteção.
- ◆ Se você prefere tratar os itens, siga sempre as instruções do produto.
- ◆ **Não** use os produtos de permetrina diretamente na pele.

* Os nomes comerciais de produtos são fornecidos apenas para fins informativos. Não significa apoio da parte dos Centros de Controle e Prevenção de Doenças nem do Departamento de Saúde e Serviços Humanos dos Estados Unidos.