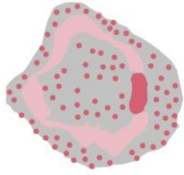


# Protección contra la malaria



El Paludismo o Malaria es una enfermedad muy extendida en zonas tropicales, puede ser grave e incluso mortal. Se transmite por la picadura del mosquito anopheles, que pica principalmente entre el anochecer y el amanecer. La protección contra esta picadura constituye la primera línea de defensa frente a la enfermedad. Además, los viajeros deben de tomar quimioprolifaxis siempre que sea necesario.

## **MEDIDAS PARA EVITAR LA PICADURA DE LOS MOSQUITOS**

- Dormir en habitaciones climatizadas o con las ventanas protegidas con mallas antimosquitos.
- Cuando se permanezca en el interior es importante pulverizar frecuentemente con insecticidas, usar aparatos especiales impregnados con piretrinas sintéticas, del tipo de las que se enchufan a la corriente eléctrica, o quemar espirales antimosquitos con piretro.
- Colocar durante la noche mosquiteras alrededor de la cama, sobre todo para los niños pequeños; usar mosquiteras de dimensión de malla inferior a 15 mm, impregnadas en permetrina al 13,3%; es fundamental que la mosquitera no tenga agujeros y que sea cuidadosamente doblada y sujeta bajo el colchón. Se puede volver a impregnar con sprays de piretrinas sintéticas (Recomendable hacerlo cada mes).
- En el exterior, se recomienda vestir ropa de manga larga y pantalón largo, sobre todo al anochecer y al amanecer, evitando llevar colores oscuros, ya que estos atraen a los mosquitos. Los repelentes aplicados sobre la ropa dan una protección extra.
- En las partes del cuerpo que no estén cubiertas por la ropa, usar repelentes de insectos a base de dietiltoluamida (DEET) al 35-40% (Goibi Extreme © Relec Extra Fuerte ©), Bayrepel (Autan-activo©) o a base de piretrinas (Halley ©). Los repelentes se deben usar cumpliendo las instrucciones del fabricante y sin exceder las dosis establecidas.

**Las enfermedades transmitidas por insectos constituyen la mayor causa de enfermedades y muertes. Sólo los mosquitos transmiten enfermedades a más de 700 millones de seres humanos anualmente.**

## **QUIMIOPROFILAXIS**

Dado que todavía no existe una vacuna eficaz, se debe valorar en cada caso la toma de medicamentos preventivos (quimioprolifaxis) con las pautas recomendadas. El tipo de medicamento varía según la zona a visitar, ninguno confiere una protección total, ni está desprovisto de reacciones adversas, por lo que la prescripción de los mismos deberá ser realizada de forma individualizada.

### **RECUERDE SIEMPRE**

**La protección frente a insectos es de vital importancia. Pueden transmitir numerosas enfermedades: paludismo ó malaria, fiebre amarilla, dengue, la fiebre del Nilo Oriental , encefalitis víricas, enfermedad del sueño, enfermedad de Chagas, peste, tifus.**

