

# Guía de Prevención Comunitaria del Zika

## Reducir la exposición a las picaduras de mosquito

- De ser posible, manténgase protegido dentro de edificaciones durante las horas pico de actividad de los mosquitos (temprano en la mañana y antes del atardecer).
- Use ropa que cubra la mayor cantidad de piel posible.
- Aplique repelente adecuadamente en las ropas y la piel descubierta. Los repelentes recomendados contienen DEET, picaridin o IR3535 como componente activo. Siga las instrucciones del producto.
- No lo aplique bajo las ropas, alrededor de los ojos o la boca, ni tampoco en cortadas, heridas abiertas o piel irritada. Aplique primero el repelente en sus manos y luego frote su cara con las manos. Los adultos deben aplicar el repelente a los niños. Evite aplicarlo en la mano del niño.
- Use mosquiteros y pantallas para mosquitos en ventanas y puertas. Aunque el *Aedes aegypti* no suele picar de noche, se recomiendan mosquiteros de cama tanto para actividades sedentarias o como para dormir. Los mosquiteros son más efectivos si se tratan con insecticidas Pyrethroid.

## Reducir la población del mosquito

- Use insecticidas de uso doméstico y mate los mosquitos adultos si la picadura ocurre dentro de casa. Siga las instrucciones del producto. Los mejores lugares para aplicarlo son las esquinas oscuras, debajo de los muebles y detrás de las cortinas. Evite aplicar cerca de utensilios de cocina o de preparación de alimentos, ni tampoco en superficies frecuentemente tocadas por gente.
- Drene cualquier agua estancada alrededor de la casa. Lugares típicos de reproducción incluyen plantas en macetas (agua acumulada en el plato o en la tierra), desagües tapados en el techo y cunetas en la carretera. Los envases desechados, las lonas y la vegetación también pueden acumular agua. Los mosquitos pueden criar sus larvas en volúmenes de agua tan pequeños como la tapa de una botella. El agua destinada al uso humano debe cubrirse. El agua que no se pueda drenar debe ser tratada con insecticidas. El *Bacillus thuringiensis israelensis* (Bti) es un larvicida efectivo y seguro para el uso humano y el ambiente.
- Ovitrap (Trampas de huevos): Detiene la reproducción de los mosquitos al proveerles de un lugar para poner sus huevos y destruirlos luego.
  - Las trampas consisten en llenar envases o contenedores con una cierta cantidad de agua. El agua no necesita ser limpia y los envases no tienen que ser muy grandes. Poner en el agua de forma semi-sumergida un trozo de cartón, rama, hoja o tela (un calcetín), de forma que las hembras puedan aterrizar.
  - Ponga varias trampas bajo la sombra, alrededor de la casa y patios. Enumerarlos para que recuerde cada uno.

- Una vez al día, añadir jabón líquido o en polvo dentro de los envases, deje reposar por una hora y luego drene el agua preferiblemente en la tubería o sobre arena al sol, pero no lo eche al suelo o la tierra. Lave bien el contenedor para remover los posibles huevos pegados a los lados.
- Rellene de agua y vuelva a desplegar las trampas.
- Cada trampa debe ser limpiada una vez al día. Enumerar las trampas facilita el proceso de revisión. Perder un día no representa mucho problema porque los huevos demoran más tiempo para desarrollarse, pero esperar mucho creará nuevos mosquitos.
- En lugares donde el agua es escasa, es importante saber que pequeñas cantidades de agua sucia funcionan mejor para este propósito. En lugares donde donde el jabón sea difícil de conseguir, organizaciones humanitarias podrían enfocarse en proveer jabón como parte de la estrategia para reducir la población del mosquito.

### **Restricciones de viaje**

Evite viajar a áreas afectadas para reducir la propagación geográfica, en especial las mujeres embarazadas. Es conveniente que la personas que viajen a lugares afectados se aislen a sí mismos durante un periodo de 7 días en una casa con mosquiteros para evitar la propagación de la infección en otros mosquitos.