

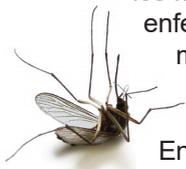
Mosquitos: diminutos, pero terribles — y mucho más que solo comezón

Por *Teddi Nicolaus*

Legan a nuestras barbacoas en el jardín sin invitación, se entrometen en nuestras caminatas y nos fastidian en los picnics. Con frecuencia, se consideran como una molestia de verano que puede dejarnos con ronchas que nos dan comezón, pero, de hecho, los mosquitos son las criaturas más peligrosas del mundo.

Los humanos comparten el planeta con más de 3,500 tipos de mosquitos. No todos los mosquitos pican o transmiten enfermedades, pero sabemos que los mosquitos pueden ser peligrosos.

De acuerdo con los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC), los mosquitos matan a más personas que cualquier otro bicho porque pueden transmitir enfermedades como la malaria (paludismo), el dengue y el Zika. Casi la mitad de la población corre el riesgo de padecer malaria, que mata aproximadamente a un millón de personas al año en todo el mundo, mayormente a niños pequeños. Estados Unidos es el hogar de aproximadamente 200 tipos de mosquitos, pero solo cerca de una docena nos causa enfermedades. El virus del Nilo Occidental es la enfermedad causada por la picadura de mosquito más común de Estados Unidos.



Tenga corazón: proteja a sus mascotas

Si tiene un amigo peludo, es probable que esté familiarizado con la enfermedad del gusano del corazón, que se transmite a través de picaduras de mosquito y puede provocar una enfermedad pulmonar grave, insuficiencia cardíaca, daños a otros órganos y la muerte.

"Al igual que con los humanos, los mosquitos pueden transmitir enfermedades peligrosas a nuestras mascotas," indica José Arce, DVM, presidente de la Asociación Americana de Medicina Veterinaria.

La enfermedad del gusano del corazón puede infectar a perros, gatos y hurones. Por fortuna, puede prevenirse la enfermedad.

"Dado que se han notificado casos de enfermedad del gusano del corazón en los 50 estados, es importante que todos los propietarios de mascotas hablen con sus veterinarios acerca de la prevención de parásitos y repelentes de mosquitos que sean seguros para usarse en las mascotas," recomienda Arce.



En el mundo de los mosquitos, las hembras son las que pican. Lo hacen porque necesitan las proteínas en nuestra sangre para desarrollar sus huevos. Por fortuna, la mayor parte de los mosquitos no transmiten enfermedades. Existe evidencia de que los mosquitos fungen como polinizadores y proporcionan una fuente de alimento a ranas, peces, murciélagos y pájaros.

Pero no se confunda: estas criaturas voladoras de largas patas son el enemigo público n.º 1 en cuanto a la transmisión de enfermedades.

Consejos para combatir la picadura

Tomar medidas de protección personal es lo más importante que puede hacer para no ser parte de un menú alimentario del mosquito, dice el ecologista especializado en vectores Daniel Markowski, PhD, asesor técnico de la Asociación Estadounidense para el Control de Mosquitos.

Protegerse a usted y a su familia implica usar prendas que le sirvan de protección, como camisas de manga larga y pantalones para evitar que los mosquitos lleguen a su piel.

"Parece un término inapropiado cuando hablamos de agosto, pero la idea es cubrirse, especialmente en la noche, ya que, por lo general, es el momento cuando los mosquitos están más activos," dice Markowski.

"También puede usar repelentes."

Los productos etiquetados como repelentes están diseñados para alejar a los mosquitos. Incluyen linternas, antorchas, difusores y velas. Muchos de nosotros hemos puesto una vela de citronela en la mesa de picnic, pensando que mantendrá a raya a los mosquitos, pero realmente no es así.

"Las velas de citronela se ven bonitas, pero no son nada eficaces," afirma Markowski e indica que el rango de protección de la vela es muy limitado y no lo protegerá si está a algunos pies del extremo de la mesa.

Los expertos están de acuerdo con que los repelentes más eficaces son los que se aplican en la piel, que funcionan al hacerlo menos atractivo a los insectos. El DEET, el acrónimo de un largo nombre de un producto químico, es el ingrediente activo en muchos repelentes y se considera la regla de oro, dice Markowski.

El DEET es eficaz contra todas las especies de mosquitos para las personas adultas y se considera seguro para personas desde los 2 meses de vida en adelante, así como para mujeres embarazadas o en periodo de lactancia. Otro repelente eficaz la icaridina, que se aprobó para su uso en Estados Unidos en 2005.



>> Para más información sobre repelentes de mosquitos, visite www.epa.gov/insect-repellents

Si prefiere usar un atomizador repelente de insectos natural, busque repelentes que contengan aceite de eucalipto limón, que se fabrica con el aceite que produce una variedad específica del árbol de eucalipto y los CDC lo consideran seguro y eficaz para niños de 3 años en adelante. Sin embargo, protege únicamente por dos horas, así que debe aplicarlo con más frecuencia que los repelentes sintéticos, como el DEET y la icaridina.

No importa cuál elija, asegúrese de que los ingredientes activos del repelente estén registrados ante la Agencia de Protección del Medioambiente (EPA). Está comprobado

que los repelentes de insectos registrados en la EPA son seguros y eficaces si sigue las instrucciones en la etiqueta y los usa como se indica.

Si también usa protector solar, aplique primero el protector y luego el repelente.

Otras maneras de evitar las picaduras de mosquitos incluyen el uso de mosquiteros en las ventanas, mantener las puertas cerradas; a los mosquitos les encanta entrar cuando tienen frío, y eliminar cualquier agua estancada.

"Ya sea un plato debajo de una maceta, un cubo o un bote de basura, cualquier cosa que recolecte agua y se estanque durante una semana o más puede empezar a criar mosquitos," agrega Markowski.

"Y no vuelan muy lejos, así que se quedarán entre 50 y 100 pies de la fuente de agua, de ese cubo o de esa maceta, lo encontrarán inmediatamente y comenzarán a picarlo."

En caso de una picadura, utilice una crema tópica para la comezón. Hable con su médico si los síntomas parecen graves.



El arte es cortesía de Shutterstock: perro por Massonstock; repelentes: Iryna Naskova; pareja: RealPeopleGroup; hombre: Pheelings Media.