

Protéjase Contra los Mosquitos

Nota del Editor: Nuestras hojas de tips de entrenamiento de Tailgate están [disponibles en ingles en www.gemplers.com](http://www.gemplers.com).

PUNTOS PRINCIPALES:

- **Algunas especies de mosquitos pueden transportar enfermedades muy graves.**
- **Use un repelente de insectos que contenga DEET para su protección.**
- **Tire toda el agua estancada de los receptáculos o baldes donde los mosquitos puedan reproducirse.**

Nota al instructor: Siga este texto o úselo como guía para conducir sesiones de entrenamiento de “tailgate” de 10 a 15 minutos con sus trabajadores agrícolas/horticultura. Usted puede fotocopiar esta hoja para el uso personal de sus empleados. Sin embargo, tenga presente que no se puede publicar ni vender. Lleve a la sesión de entrenamiento muestras de repelentes de insecto que puedan usar sus trabajadores para protegerse contra los mosquitos.

Las picaduras de mosquitos pueden ser graves

- Los mosquitos – insectos comunes que parecen estar en todas partes en esta época del año – son, no solamente molestos, sino que pueden también transportar enfermedades.
- En años recientes, algunas especies han sido vinculadas a la enfermedad que se llama virus de “West Nile” la cual ha causado numerosas muertes y enfermedades.
- También se sabe que algunas especies de mosquitos transportan otras enfermedades potencialmente fatales, como por ejemplo la encefalitis.
- Aún si usted no se enferma, las picaduras de mosquitos pueden causar gran comezón y posiblemente producir una infección.
- Aunque los mosquitos son un problema constante, especialmente en los meses de verano, hay medidas que usted puede tomar para protegerse y reducir la presencia de ellos.

Uso de repelentes

- Los mosquitos son atraídos por el olor de su piel y por el bióxido de carbono de su aliento.
 - El uso de un [repelente de insectos](#) que contenga el producto químico DEET es una buena manera de protegerse de los mosquitos y es menos probable que lo piquen.
- Nota al instructor: Mientras lee la información muestre a los participantes muestras de repelentes de insectos y cómo deben aplicarse.*
- Rocíe el repelente levemente directamente en la piel y ropa. Algunos repelentes duran hasta cinco horas. Siempre siga las instrucciones de la etiqueta.
 - Nunca rocíe el repelente directamente en su cara. Rocíe sus manos y después suavemente frótelas sobre su cara, evitando sus ojos y boca.
 - No se olvide de rociar su ropa con repelente. Los mosquitos pueden picar a través de la ropa.
 - No aplique el repelente debajo de su ropa en su piel si tiene heridas, cortes o irritación.
 - Si aplica repelente a un niño, primero póngalo en sus manos y después aplíquelo al niño. No ponga el repelente en las manos de un niño.
 - Cuando esté en el interior, lávese con agua y jabón todas las áreas de la piel que fueron tratadas con el repelente, especialmente si lo aplicó más de una vez durante el día. También, lave toda la ropa que ha sido tratada con repelente, antes de usarla nuevamente.



El uso de repelente insecticida con DEET ayuda a evitar las picadas de mosquitos.

(Continúa al reverso)

Encuentra nuestra [línea completa de productos de protección y seguridad](#), incluyendo respiradores, protección para ojos y oídos, trajes protectores, artículos de primeros auxilios y más.

Protéjase Contra los Mosquitos

Otras maneras de protegerse usted mismo/a

- Use camisas de manga larga y no apretadas, pantalones largos, zapatos y calcetines cuando está afuera en áreas donde abundan los mosquitos.
- Evite los colores brillantes o ropa con flores que pueda atraer mosquitos.
- Si es posible, meta el borde de sus pantalones dentro de sus zapatos. No use sandalias ni camine sin zapatos.
- Evite salir al amanecer y al atardecer, si es posible. Esas son las horas cuando es mayor la actividad de los mosquitos.
- No se rasque las picaduras de mosquitos. En su lugar, use lociones como calamina, que puede comprar en la farmacia para reducir la comezón.
- Notifique a su supervisor si usted cree que tiene una reacción alérgica a la picadura de mosquito o de otro insecto.
- Informe a su supervisor si ve algún pájaro muerto o animal muerto cerca de donde trabaja. Es posible que haya muerto del virus de West Nile o de otra enfermedad transmitida por un mosquito.
- Asegure de cerrar todas las tapas de las botellas de agua y de otras bebidas cuando no las está usando. De ese modo, los mosquitos no treparán en la botella cuando usted no está mirando.
- Mantenga los mosquitos fuera de su casa asegurando que todas las puertas y ventanas tienen rejillas herméticas.



Evite rascarse las picaduras de los mosquitos.

Otras medidas para prevenir los mosquitos

- Debe saber que los mosquitos se reproducen en cualquier lugar donde haya agua estancada. Las larvas se convertirán en insectos adultos que le picarán.
- Bote el agua que ha estado estancada en todos los receptáculos por más de cuatro días. Esto incluye el agua de los bebederos de pájaros, barriles, carretillas, pozas de agua y baldes.
- Limpie las canaletas de lluvia para evitar el agua estancada donde los mosquitos se pueden reproducir.
- Notifique a su supervisor si ve agua estancada donde usted crea que se pueden reproducir mosquitos u otros insectos.



Preocúpese de que no se acumule agua en las llantas que están guardadas ya que puede ser una fuente de reproducción de mosquitos.

¿Alguien quiere hacer alguna pregunta?

Nota al instructor: Deje tiempo para responder las preguntas de los participantes. Enseguida revise los puntos que

Debe y No Debe Hacer para Protegerse de los Mosquitos.

LO QUE DEBE Y NO DEBE HACER PARA PROTEGERSE DE LOS MOSQUITOS

DEBE:

- Usar insecticida repelente con DEET para protegerse de las picaduras de mosquitos.
- Usar camisa de manga larga, pantalones largos, calcetines y zapatos cuando esté afuera.
- Contactar a su supervisor si ve pájaros muertos o animales muertos que puedan haber sido infectados con alguna enfermedad transmitida por mosquitos.

NO DEBE:

- Usar insecticida repelente sin antes leer cuidadosamente las instrucciones de la etiqueta.
- Aplicar repelente en la piel cortada, con heridas o irritada.
- Dejar agua estancada en carretillas, llantas y otros receptáculos donde pueden reproducirse los mosquitos.

Encuentra nuestra [línea completa de productos de protección y seguridad](#), incluyendo respiradores, protección para ojos y oídos, trajes protectores, artículos de primeros auxilios y más.