

[Inicio](#) > Frente a las picaduras de insectos

Si el riesgo de picadura es nulo o muy bajo deben minimizarse las medidas de protección. En caso de que el riesgo de picadura fuera considerable se pueden adoptar las siguientes **medidas**:

- Se recomienda vestir **ropa de manga larga y pantalón largo**, sobre todo en el exterior, 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 Dietiltoluidina (DEET), Picaridina o IR3535. Los repelentes se deben usar cumpliendo las instrucciones del fabricante y sin exceder las dosis establecidas.
- Dormir en habitaciones con aire acondicionado (si es posible) y con ventanas protegidas con **mallas antimosquitos**.
- Usar **mosquiteras** y repelentes eléctricos de mosquitos (con piretrinas sintéticas) o espirales antimosquito con piretrina..
- Es conveniente, junto con el uso de mosquiteras, rociar la habitación con insecticida de acción rápida o difusores eléctricos cuya protección dura 8-10 horas con la habitación cerrada.
- Los dispositivos que funcionan con ultrasonidos son mucho menos eficaces.
- Los insecticidas actúan matando al mosquito mientras que los repelentes de insectos protegen de las picaduras de los insectos mediante el empleo de sustancias químicas pero no los matan.

Source URL: <https://sanidad.castillalamancha.es/ciudadanos/protege-tu-salud/verano-saludable/picaduras>