HOJA INFORMATIVA

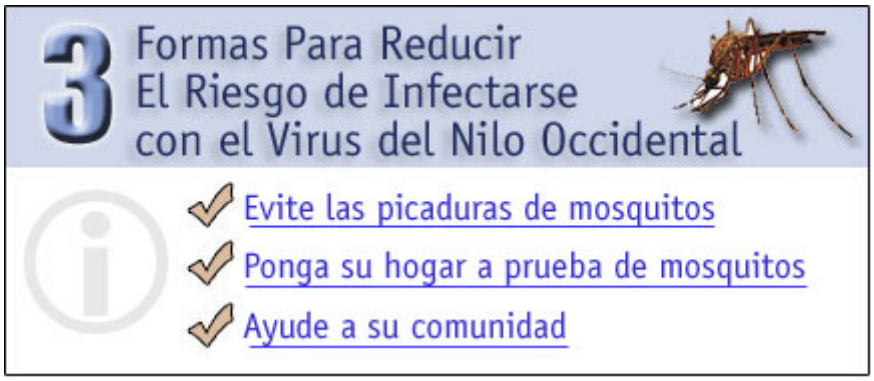
¡No se deje picar!

Cuando se trata del Virus del Nilo Occidental, la prevención es la mejor apuesta. No dejarse picar por los mosquitos reduce el riesgo de contraer esta enfermedad y otras transmitidas por los mosquitos. Tome los pasos lógicos siguientes para reducir el riesgo y usted:

- evitará las picaduras y la enfermedad;
- eliminará los mosquitos del lugar donde trabaja y juega;
- ayudará a su comunidad a controlar la enfermedad.

Protéjase doblemente: use ropa de manga larga durante las horas pico de los mosquitos y rocíese el repelente DEET directamente sobre la ropa.

Algo para recordar: La probabilidad de que una persona se enferme a causa de una picadura de mosquito sigue siendo baja. La mayoría de las personas que están infectadas con el virus no presentarán ningún síntoma. El riesgo de enfermedad grave o muerte es más alto en las personas mayores de 50 años.



Evite las picaduras de mosquitos

Aplíquese un repelente de insectos que contenga DEET
(Busque:(N, N-dietil-metatoluamide)) en la piel descubierta cuando salga al aire libre. Aun cuando permanezca afuera por poco tiempo, puede ser suficiente para que lo pique un mosquito. Para detalles sobre cuándo y cómo aplicar el repelente, vea "Uso y seguridad de repelentes de insectos" (www.cdc.gov/ncidod/dvbid/westnile/qa/spanish/wnv_insectrepellent_spanish.htm) en nuestras páginas de "Preguntas y Respuestas" (www.cdc.gov/ncidod/dvbid/westnile/spanish/qa_spanish.htm). Vea también "Using Insect Repellent Safely" (www.epa.gov/pesticides/citizens/insectrp.htm [en inglés]) de la EPA (Agencia de Protección Ambiental).

La ropa puede ayudar a reducir las picaduras de mosquitos
Cuando sea posible, use ropa de manga larga, pantalones largos y medias cuando salga al aire libre. Los mosquitos pueden picar a través de la tela delgada, por lo que rociar la ropa con repelente que contenga

DEPARTAMENTO DE SALUD Y SERVICIOS HUMANOS
CENTROS PARA EL CONTROL Y LA PREVENCIÓN DE ENFERMEDADES
GENTE · SEGURA · SALUDABLE

¡No se deje picar!
(continuación de la página anterior)

permetrina o DEET le dará más protección. No aplique repelentes que contengan permetrina directamente en la piel. No se aplique repelentes que contengan DEET en la piel debajo de la ropa.

Cuídese de los mosquitos en las horas pico
Las horas entre el anochecer y la madrugada son las horas cuando más pican los mosquitos de muchas especies. Tenga más cuidado y use repelente y ropa de protección durante la noche y temprano en la mañana -- o evite actividades al aire libre durante éstas horas.

Ponga su hogar a prueba de mosquitos

Elimine las aguas estancadas
Los mosquitos ponen sus huevos en aguas estancadas. Limite el número de lugares donde los mosquitos puedan reproducirse alrededor de su casa, como las cosas que retengan agua. ¿Necesita ejemplos? Aprenda más sobre la "Prevención del Virus del Nilo Occidental" (www.cdc.gov/ncidod/dvbid/westnile/qa/spanish/wnv_prevention_spanish.htm) en la página de Preguntas y Respuestas.

Elimine las aguas estancadas alrededor de su casa.

Instale o repare los mosquiteros
A algunos mosquitos les gusta estar adentro. Manténgalos afuera con mosquiteros apropiados tanto en las ventanas como en las puertas. Ofrezca ayuda a los vecinos que tengan mosquiteros en mal estado.

Ayude a su comunidad

Informe sobre pájaros muertos a las autoridades locales
Los pájaros muertos pueden ser una señal de que el Virus del Nilo Occidental está circulando entre los pájaros y los mosquitos en un área dada. Se sabe de más de 130 especies (www.cdc.gov/ncidod/dvbid/westnile/birdspecies.htm) de pájaros que han sido infectados con el Virus del Nilo Occidental, aunque no todos los pájaros infectados morirán. Es importante recordar que los pájaros mueren por muchas otras causas además del Virus del Nilo Occidental.

Al informar sobre la muerte de pájaros a los departamentos de salud locales y estatales, usted puede desempeñar un papel importante en la vigilancia del Virus del Nilo Occidental. Las dependencias locales y estatales tienen diferentes políticas en cuanto a la recolección y examen de pájaros, por lo que deber visitar la página "Lista de departamentos de salud estatales y locales" (www.cdc.gov/spanish/otrosenlaces.htm#d) para encontrar información sobre casos de pájaros muertos en su área. Haga clic aquí para obtener más información sobre como dar parte de pájaros muertos y como comportarse en estos casos (www.cdc.gov/ncidod/dvbid/westnile/qa/spanish/wnv_birds_spanish.htm).

Programas para el control de mosquitos
Averigüe con las autoridades locales de salud si hay un programa organizado para el control de mosquitos en su área. Si no existe ningún programa, trabaje con representantes del gobierno local (www.cdc.gov/spanish/otrosenlaces.htm#d) para establecer un programa. La American Mosquito Control Association (www.mosquito.org) puede ayudarlo, y su libro Organization for Mosquito Control es una referencia útil.

¿Más preguntas sobre cómo controlar los mosquitos? El Centro Nacional de Información sobre Plaguicidas (http://npic.orst.edu [NPIC pos sus siglas en inglés]) es una fuente de información sobre pesticidas y repelentes, que también opera una línea gratuita de información: 1-800-858-7378 (Averigüe el horario en su página web).

¡No se deje picar!
(continuación de la página anterior)

Limpie
Los lugares de reproducción de los mosquitos pueden estar en todas partes. Las organizaciones cívicas y de jóvenes pueden organizar días de limpieza de los vecindarios para recoger recipientes de terrenos desocupados y parques y para animar a las personas a mantener sus patios libres de aguas estancadas. Las cercas no son obstáculo para los mosquitos, por lo que es importante controlar los lugares de reproducción en todas partes en el vecindario.

Encuentre más información sobre los esfuerzos de prevención locales
Encuentre información local y estatal sobre el Virus del Nilo Occidental y contactos en la página de "Lista de departamentos de salud estatales y locales" (www.cdc.gov/spanish/otrosenlaces.htm#d).

Para más información, visite www.cdc.gov/spanish/enfermedades/wnv.htm
o llame a la línea de ayuda de los CDC para información al público
al (888) 246-2857 (español), (888) 246-2675 (inglés), ó (866) 874-2646 (TTY).

DEPARTAMENTO DE SALUD Y SERVICIOS HUMANOS
CENTROS PARA EL CONTROL Y LA PREVENCIÓN DE ENFERMEDADES
GENTE · SEGURA · SALUDABLE