

## Com protegir els nens de les picades d'insectes

Les picades de mosquits, mosques o altres insectes poden fer passar una mala estona als nens. Tot i que la majoria presenta reaccions lleus en alguns casos poden complicar-se. Un dels mètodes més coneguts per protegir els més petits d'aquestes picades és l'ús de repel·lents d'insectes. Per això és important saber conèixer les diferents varietats i saber com utilitzar-los.

Els repel·lents d'insectes són compostos químics que, per la seva olor o naturalesa, ofereixen protecció contra les picades, ja que interfereixen amb els insectes i fan que aquests no es fixin en la pell per picar. Aquests productes s'apliquen sobre les diverses zones del cos mitjançant locions, cremes, vaporitzadors, roll-on, stickgel, tovallolletes impregnades, etc., a través dels quals els principis actius es dipositen a la pell. Generalment asseguren una protecció de 4 a 8 hores després de la seva aplicació. No maten l'insecte, però el mantenen allunyat de la zona on s'ha aplicat el repel·lent.

El primer pas per protegir els nens de manera correcta és triar entre els diferents tipus de repel·lents. Segons l'Associació Espanyola de Pediatria podem trobar els següents:

- El DEET (N, N-Dietil-meta-toluamida): eficaç contra la majoria dels artròpodes, com mosquits, paparres, puces i mosques. Els productes comercialitzats contenen des d'un 15% fins a un 45% de DEET. No recomanable per a menors de 2 mesos, en aquest cas prioritzar l'ús de mosquiteres.
- El picaridin / icaridin és un altre repel·lent d'insectes d'ampli ús i eficaç també per a molts tipus d'insectes i artròpodes. No recomanable en menors de 6 mesos.
- Altres repel·lents d'ús tòpic i eficàcia provada, encara que amb menor coneixement científic, són els que porten IR-3535, piretrina, citridiol i citronel·la.
- Els dispositius electrònics que emeten sons aguts i les polseres impregnades de repel·lents no han demostrat cap eficàcia i no s'han d'utilitzar.
- En llocs amb molta concentració d'insectes es pot ruixar la roba amb insecticides que portin permetrina, a més d'utilitzar repel·lents a les zones descobertes.
- En el cas de les embarassades Les societats de protecció ambiental no estableixen cap precaució especial per utilitzar repel·lents en embarassades o durant l'al·letament.

Com aplicar correctament el repel·lent?

Per fer un ús adequat d'aquests productes és important llegir i seguir les instruccions de l'etiqueta o l'envàs. És l'adult qui ha d'aplicar el repel·lent a l'infant, no cal deixar que l'hi apliquin ells. A més, és aconsellable seguir algunes recomanacions perquè el producte sigui efectiu i combinar-ho amb altres pràctiques:

- Aplicar una mica de producte en una àrea petita de la pell per veure si no produeix reacció.
- Si s'utilitzen aerosols, no dirigir-los cap a la cara. Aplicar-los en les mans i després estendre-ho per la cara.
- No aplicar en ferides, talls o pell irritada.
- Evitar ulls i boca dels nens i utilitzar-lo amb moderació al voltant de les orelles.
- No posar-lo en les mans dels nens (poden dur-les a la boca).
- No aplicar-lo en la pell coberta per la roba. Si es posa a la roba, rentar abans d'usar una altra vegada.

## Com protegir els nens de les picades d'insectes

- Si s'utilitza protector solar, primer aplicar el protector solar i tot seguit el repel·lent, ja que el protector solar pot tenir substàncies que atreguin determinats insectes. Mai utilitzar repel·lents associats a protectors solars a la mateixa formulació.
- Una altra recomanació és la instal·lació de mosquiteres en els dormitoris i carrets de nadons.