



PROTECCIÓN CONTRA EL PALUDISMO

El Paludismo o Malaria es una enfermedad muy extendida en zonas tropicales, puede ser grave e incluso mortal. Se transmite por la picadura del mosquito "Anopheles", que pica principalmente entre el anochecer y el amanecer. La protección contra esta picadura constituye la primera línea de defensa frente a la enfermedad. Además, los viajeros deben tomar quimioprofilaxis siempre que sea necesario.

A. Medidas para evitar la picadura de los mosquitos:

- Dormir en habitaciones climatizadas o con las ventanas protegidas con mallas antimosquitos.
- Cuando se permanezca en el interior, es conveniente pulverizar frecuentemente con insecticidas, usar aparatos especiales impregnados con piretrinas sintéticas, del tipo de las que se enchufan a la corriente eléctrica, o quemar espirales antimosquitos con piretro.
- Colocar durante la noche mosquiteras alrededor de la cama, sobre todo para los niños pequeños; usar mosquiteras, de dimensión de malla inferior a 1,5 mm, impregnadas en permetrina al 13,3 %; es fundamental que la mosquitera no tenga agujeros y que sea cuidadosamente doblada y sujeta bajo el colchón. Se pueden volver a impregnar con sprays de piretrinas sintéticas.
- En el exterior, se recomienda vestir ropas de manga larga y pantalón largo, sobre todo al anochecer y al amanecer, evitando llevar colores oscuros, ya que éstos 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 dietiltoluamida al 35%-40% y bayrepel. Los repelentes se deben usar cumpliendo estrictamente las instrucciones del fabricante y sin exceder las dosis establecidas.

B. Quimioprofilaxis:

Dado que todavía no existe una vacuna eficaz, se deberá valorar en cada caso la toma de medicamentos preventivos (quimioprofilaxis) con las pautas que recomienda la Organización Mundial de la Salud. El tipo de medicamentos varía según la zona a visitar, ninguno confiere una protección total, ni está desprovisto de reacciones adversas, por lo que la prescripción de los mismos deberá ser realizada de forma individualizada.