

# Cómo elegir el repelente de insectos más adecuado para cada necesidad y usarlo correctamente

LA APLICACIÓN INADECUADA DE ESTOS PRODUCTOS LES PUEDE HACER PERDER SU EFICACIA. PARA EVITARLO, EL CONSEJO FARMACÉUTICO ES EL MEJOR ALIADO.



Una de las molestias más grandes que trae consigo el verano es la invasión de los insectos. Durante los meses más caluroso del año resulta más habitual sufrir picaduras. Esto se debe a que, favorecidos por las altas temperaturas, muchos artrópodos comienzan a reproducirse a la velocidad del rayo, invadiendo las casas y espacios públicos y, sobre todo, provocando molestias y riesgos para la salud. Y de que se trata de animales de sangre fría, por lo que no disponen de la capacidad de regular por sí mismos su calor corporal. Es decir, la temperatura del medioambiente les resulta fundamental en su supervivencia, de ahí a que en invierno casi no aparezcan.

Esos factores, sumados a la humedad, a las jornadas al aire libre y a llevar la piel más expuesta al aire, se convierten en los principales aliados de avispas, abejas, arañas, garrapatas, mosquitos y tábanos a la hora de acribillar a los humanos con sus picaduras. Que dejen de intentar alimentarse es complicado pero, en la medida de lo posible, se pueden evitar las picaduras con la ayuda de los repelentes. Estos productos, que contienen sustancias activas de carácter biocida, tienen la finalidad de controlar a los organismos nocivos, capaces de transmitir enfermedades infecciosas, mediante repulsión. De esta forma, se evita el contacto humano-vector. Normalmente, son de aplicación directa sobre la piel de las personas, aunque también disponen de soportes impregnados. Cabe recordar que aunque la mayoría de las picaduras solo causan leves molestias, algunos mosquitos pueden transmitir enfermedades como la Fiebre del Nilo Occidental,

que en algunos casos puede llegar a provocar cuadros graves, sobre todo en personas de mayor riesgo, como las mayores de 50 años e inmunodeprimidas, causando encefalitis, meningoencefalitis o meningitis. En cuanto a las picaduras de garrapata, una de las enfermedades que pueden contagiar y causar mayores problemas es la Fiebre Hemorrágica Crimea-Congo. Los síntomas suelen presentarse de forma repentina, siendo los más comunes fiebre, dolor muscular, hipersensibilidad a la luz, lumbago y mareos. Incluso, pueden darse náuseas, vómitos y diarrea.

En la farmacia encontramos todo lo necesario para prevenir las picaduras, siempre contando con el mejor aliado para informarnos sobre el producto más adecuado y su aplicación: el farmacéutico.

### Tipos de picaduras según insecto

La Sociedad Española de Medicina de Familia y Comunitaria (semFYC) distingue los tipos de picaduras más comunes. En primer lugar, explican que las de avispas y abejas, "introducen veneno por su aguijón y ello produce dolor, enrojecimiento e hinchazón de la piel". Hay que prestar especial atención a las personas alérgicas, dado que pueden experimentar reacciones graves, dificultad para respirar, picor en la piel, pérdida de conciencia y, en algunos casos excepcionales, puede haber incluso riesgo de muerte. Otros insectos con los que estamos muy familiarizados, especialmente durante la época estival, son los mosquitos y tábanos, unos animales que pican y succionan la sangre. Su saliva es irritante y producen en la piel inflamación y picor.

Las arañas, por su parte, introducen pequeñas cantidades de veneno al morder. Eso sí, es importante resaltar que en España no son peligrosas; solo provocan hinchazón, dolor y enrojecimiento de la piel.

“LOS FARMACÉUTICOS  
CONTAMOS CON  
LA PREPARACIÓN  
NECESARIA PARA  
ENTENDER A LA  
PERFECCIÓN  
LAS INDICACIONES  
DE CADA REPELENTE”

Por último, las picaduras de garrapata suelen ser también frecuentes. En este caso, pueden transmitir alguna enfermedad, aunque no producen picor ni dolor, y suelen encontrarse en los perros y en la hierba.

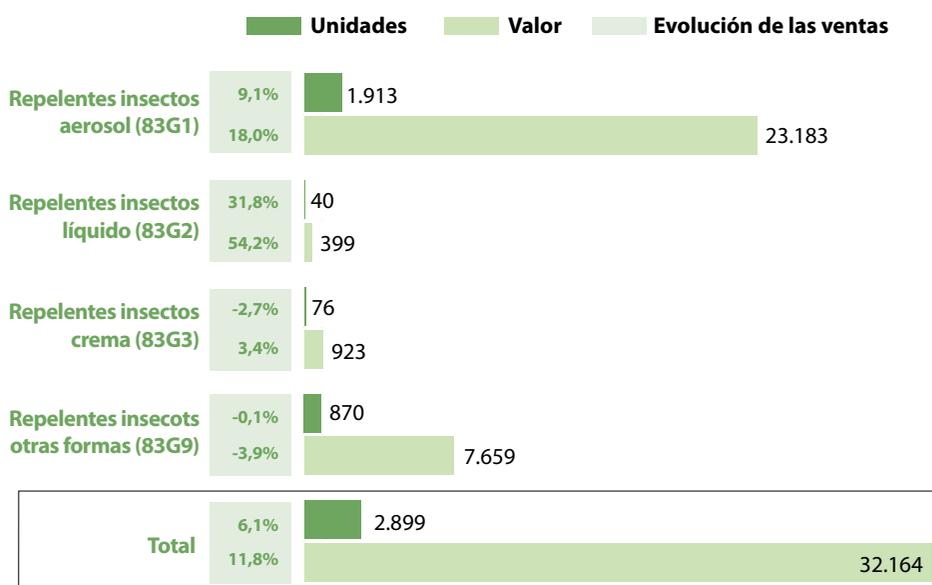
Ante las picaduras, la semFYC aconseja aplicar frío, ya que va a disminuir la inflamación, el dolor y el picor. Si se usa hielo, siempre envuelto en una tela o pañuelo. Si ocasiona mucho picor, las lociones que contienen amoníaco pueden aliviar. También se pueden tomar analgésicos. En cualquier caso, es conveniente limpiar la picadura con agua y jabón.

Si la hinchazón es intensa, por otro lado, hay que dejar el brazo o la pierna en alto y en reposo. Además, rascarse puede empeorar la lesión e incrementar el riesgo de infección.

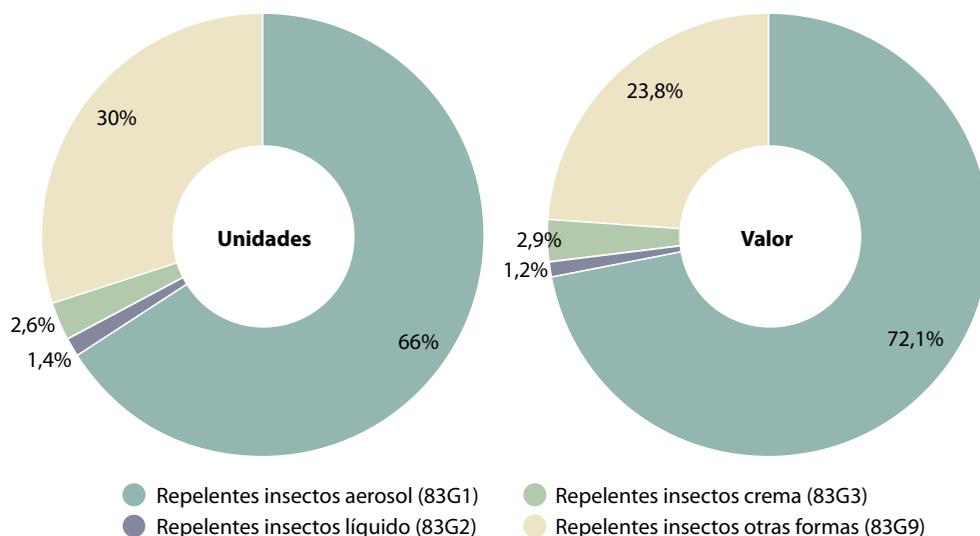
Y, sobre todo, es un peligro usar por cuenta propia pomadas con antihistamínicos o remedios caseros como barro o pasta de dientes. El médico de familia o el farmacéutico es el profesional sanitario al que consultar siempre qué remedio utilizar, tanto para prevenir la picadura como para curarla una vez sufrida.

## MERCADO REPELENTE DE INSECTOS (83G)

VENTAS EN MILES (MAT 04/2024)



## CUOTA DE MERCADO



Fuente: IQVIA, National Sell Out Monthly, FLEXVIEW Abril 2024  
Periodo consultado: MAT 04/2024 (acumulado de los últimos 12 meses, desde mayo 2023 a abril 2024)  
Medidas: unidades vendidas y valores en € PVP (Precio Venta al Público)  
Elaboración: IM Farmacias

### Los repelentes más demandados

Sin embargo, como siempre cuando se trata de salud, más vale prevenir que curar. Por esa razón, en este artículo nos vamos a enfocar en los repelentes para mosquitos disponibles en el mercado. No sin mencionar que, además, existe otro método para ahuyentar las picaduras: el de las barreras físicas, especialmente recomendable sobre todo para aquellas personas para las cuales esté contraindicada la aplicación de repelentes. Así, colocar mosquiteras en puertas y ventanas es una medida fácil y efectiva, al igual que usar ropa clara que cubra el cuerpo lo máximo posible. En segunda instancia podemos recurrir a las barreras químicas, es decir, los repelentes. Más allá del tipo de producto, todos deberían cumplir con una serie de requisitos: que permitieran una eficacia de más de ocho horas sin necesidad de repetir la aplicación, que sean efectivos para diferentes especies de insectos, que no irriten la piel y las mucosas, y que sean resistentes al agua y a la abrasión e inoloros.

En este sentido, el mercado ofrece varias alternativas en función de las necesidades que queramos cubrir. El DEET o dietiltoluamida es el repelente más utilizado y eficaz, según la OMS. Dependiendo de la concentración de este compuesto, su efecto será más o menos duradero: un 15 % de DEET tendrá efecto unas seis horas. Eso sí, se desaconseja su aplicación en niños de entre uno y dos años, y en peques de entre dos y 12 años se recomiendan concentraciones de hasta un 10 %, con la posibilidad de reaplicar hasta tres veces al día. A partir de los 12 años, las concentraciones recomendadas son de hasta el 30 %. En cuanto a las mujeres embarazadas en el segundo y tercer trimestre, así como las madres lactantes, pueden utilizar el DEET con seguridad. En cambio, no es recomendable su uso durante el primer trimestre de embarazo, ya que puede suponer un riesgo para el feto.

Por otro lado, el icaridin es una alternativa al DEET para repeler mosquitos, garrapatas y moscas. Es un derivado no tóxico de la pimienta que no daña los plásticos ni los tejidos y, además, existen presentaciones para todos los gustos, como geles, sprays, crema, etc. Las concentraciones recomendadas son del 10 % al 20 % para repeler mosquitos y garrapatas, pero pueden ser necesarias concentraciones superiores al 20 % para repeler ciertas especies de mosquitos. El efecto de este producto dura alrededor de seis horas y se recomienda su uso en niños mayores de dos años y en adultos, pero no sobre cortes, heridas o piel inflamada, irritada o con eczema. Tampoco se aconseja su aplicación en las manos de niños pequeños, dado que inevitablemente se frotarán los ojos. Por su parte, el IR3535 es un éster etil N-acetil-N-butil del ácido aminopropiónico (butil-acetil-aminopropionato de etilo), menos irritante de las mucosas y menos agresivo contra los plásticos. Ofrece una protección de duración similar a la del DEET, si bien es muy poco eficaz contra garrapatas y su eficacia contra mosquitos de la especie *Anopheles* no está demostrada. En España se comercializa sobre todo como repelente de mosquitos para uso infantil, también a concentraciones muy diversas que oscilan entre el 5 y el 25 %.

Y si queremos optar por un producto más natural, un repelente con citronela es una buena alternativa al tratarse de un aceite esencial de origen vegetal, casi nada tóxica y cuya aplicación tópica no causa reacciones adversas. Eso sí, dado que su efecto dura poco tiempo, requiere repetir la aplicación cada hora.

### Consejos de utilización general desde la farmacia

Como recuerda el Consejo General de Colegios Oficiales de Farmacéuticos (CGCOF), el uso de repelentes de mosquitos es una de las principales medidas preventivas frente a las picaduras y las enfermedades que pueden transmitir, pero pierden su eficacia si no se aplican correctamente. En este sentido, no está de más señalar que cualquier repelente que vayamos a utilizar debe estar autorizado o registrado por la autoridad competente; en España por el Ministerio de Sa-

nidad, bien a través de la Agencia Española de Medicamentos y Productos Sanitarios o por la Dirección General de Salud Pública, Calidad e Innovación. La duración del efecto del producto varía mucho dependiendo del que se utilice (ingrediente activo, concentración y formulación), de la temperatura ambiente, del nivel de sudoración, de la exposición al agua o del uso simultáneo con cremas fotoprotectoras. Por ello, lo mejor es utilizar siempre un producto autorizado, seguir las indicaciones de aplicación de su etiquetado o del prospecto y preguntar cualquier duda al farmacéutico. De lo contrario, cabe recalcar, podría no ser efectivo. A pesar de la diversidad de productos existentes, los farmacéuticos explican que podemos seguir una serie de criterios generales a la hora de utilizarlos. Así, no se deben aplicar por debajo de la ropa y deben utilizarse durante los periodos en que pican este tipo de mosquitos, a media mañana y a última hora de la tarde, teniendo en cuenta que la mayor actividad se produce entre los meses de mayo y noviembre. Hay que evitar el contacto con mucosas, párpados y labios, y no aplicar tampoco sobre heridas, piel sensible, quemada por el sol o dañada. En el caso de utilizar protectores solares, apuntan desde el CGCOF, hay que aplicar estos en primer lugar y dejar pasar al menos 30 minutos antes de aplicar el repelente. Es necesario también lavarse las manos nada más utilizar el repelente, y tener en cuenta que las clásicas lociones en spray no deben aplicarse en zonas sensibles como los ojos. Asimismo, los repelentes con atomizador es conveniente aplicarlos en ambientes abiertos, para evitar la inhalación del producto y asegurarnos de que no haya alimentos cerca.

Pero, antes que nada, señala **Diego Rodríguez**, secretario del Colegio Oficial de Farmacéuticos de Málaga, "es recomendable consultar con tu farmacéutico qué repelente puede venirte mejor según el insecto, la actividad a realizar, las características personales, etc., puesto que estos productos son eficaces para evitar picaduras de cualquier tipo". "Los farmacéuticos contamos con la preparación necesaria para entender a la perfección las indicaciones de cada repelente y recomendar el que más se ajuste a las necesidades de cada persona", asegura el secretario de la institución colegial.

Por último, Rodríguez hace hincapié en que, en caso de que la picadura ya se haya producido, el farmacéutico también podrá guiar al paciente en su proceso de recuperación para que sea lo más liviano posible y no suponga complicaciones mayores. ✚

HAY QUE USAR SIEMPRE UN PRODUCTO AUTORIZADO,  
SEGUIR LAS INDICACIONES DE APLICACIÓN DE SU  
ETIQUETADO O DEL PROSPECTO Y PREGUNTAR  
CUALQUIER DUDA AL FARMACÉUTICO